



# El Boletín

[www.orparc.org](http://www.orparc.org)

Volumen 47

Verano de 2023

ORPARC es un programa de Northwest Resource Associates

## Colección de Conexión Cultural

La nueva [Colección de Conexión Cultural \(CCC\)](#) de ORPARC está diseñada para inspirar a los niños de color adoptados, los que están en custodia legal (tutela legal o guardián), los que se encuentran en el sistema de crianza (“foster care”), los que están bajo la custodia y cuidado de un pariente (“kin care”), y las personas que trabajan diligentemente para cuidarlos. ORPARC tuvo el placer de asociarse con seis calificados consultantes culturales de Oregon. Estos expertos padres adoptivos y padres de recurso—padres de color y/o criando a una familia transracional—también son escritores talentosos e ilustradores, además de ser adultos y padres biológicos con experiencia en el cuidado de jóvenes adoptados o que se encuentran en el sistema de crianza. Su habilidad ayudó a criar una colección que celebra una representación diversa que presenta a autores e ilustradores de color para poder apoyar a los niños de color que se encuentra en custodia. Visite <https://www.orparc.org/lending-library/culture-connection-collection> para obtener más información. Este proyecto se hizo posible en parte por el Instituto de Servicios Bibliotecarios y Museo (“Institute of Museum and Library Services”) por medio del Acta de Servicios Bibliotecarios y Tecnología (“Library Services and Technology Act”), administrado por la Biblioteca Estatal de Oregon (“State Library of Oregon”).



### Favor de conocer a nuestros consultantes de la CCC



**Believe in Wonder**—Una pareja dinámica, Brian y Josie Parker, de Believe in Wonder (“Cree en lo Maravilloso”), son padres adoptivos/de crianza y autores, ilustradores talentosos. Han publicado más que 17 libros fantásticos para niños y ofrecen clases y talleres.



**Nabil Zerizef**—Padre adoptivo transracional, Nabil Zerizef, quien se identifica como árabe-americano biracial, es un director querido de una escuela primaria de Oregon. Con Leul Gurske, una persona adoptada transracional, Nabil es coautor de “100 Voces diversas sobre la crianza de niños” y “El libro para niños acerca de la adopción”, los dos escritos en inglés.



**Melissa Hart**—Madre adoptiva transracional, Melissa Hart creció dentro de un hogar diverso con una madre que se identifica como LGBTQ+ y hermano con Síndrome Down. Ella ha sido autora de varios ensayos y artículos que se publicaron en CNN, y los periódicos The Washington Post y Oregon Quarterly.



**Maia Smith-Hart**—Cuando no está dando su análisis de libros, la joven adolescente adoptada Maia Smith-Hart, quien se identifica como Afro-costarricense-americana, baila por medio de camino de la vida cuidando a sus gatitos y enfocando en sus estudios escolares.

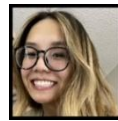


**Christina Morgan**—Miembro de Las Tribus Confederadas de Grande Ronde, Banda Umqua, y vivió un tiempo en el sistema de crianza, Christina Morgan está estudiando una Maestría en Trabajo Social por medio de la Universidad Estatal de Arizona mientras trabaja para su tribu y mejorando su talento como escritora.

### Nuestra gratitud a las personas que contribuyeron a la CCC



**Pearl Boswell**—Anciana y miembro de Las Tribus Confederadas de Grande Ronde, Banda Umqua, Pearl Boswell compartió su sabiduría de una manera informal sobre los materiales específicos de las Tribus de la Colección de Conexión Cultural.



**Ruthie Murray**—Como una persona adoptada transracionalmente, Ruthie Murray está terminando su Maestría en Trabajo Social por medio de la Universidad Estatal de Arizona. Ella es muy sabia en cuanto a la tecnología y dedicó su tiempo entrando a miles archivos de información demográfica para el comienzo de la Colección de Conexión Cultural.



**Cristina Duarte**—Vivió un tiempo en el sistema de crianza, Cristina Duarte, es bilingüe (español-inglés), interno de ORPARC, artista, y está terminando su Maestría en Trabajo Social por medio de la Universidad Estatal de Arizona. Cristina revisó los materiales en español y ofreció su habilidad de traducción al español.



**Third Eye Books**—Padres de crianza Michelle Lewis y Charles Hannah, dueños de la librería afroamericana Third Eye Books, Asesorías y Regalos, esta librería en el área de Portland tiene muchos materiales enfocados en la África y varios materiales para la CCC.



**El personal de la Biblioteca Estatal de Oregon**—Los miembros del personal de la Biblioteca Estatal de Oregon son unas de las más serviciales y sabias personas que existen. Agradecemos al [Instituto de Servicios Bibliotecarios y Museo](#) (“Institute of Museum and Library Services”) y la [Biblioteca Estatal de Oregon](#).

## Mensaje de la Unidad de Asistencia de Adopción/Tutela a todos los Padres Adoptivos y de Tutela Legal



¡Bienvenido verano! Esperemos que traiga un clima bueno y caloroso (para aquellas personas que se sienten así acerca de la luz del sol y el calor). Como siempre, nuestra unidad está disponible a nuestras familias y con gusto ayudaremos con noticias actuales para sus hogares (una mudanza, un niño que está viviendo afuera de la casa, etcétera) o cualquier otra pregunta que tengan o apoyo que necesiten. Nuestra unidad ha migrado principalmente a teléfonos celulares, entonces pedimos a las familias que visiten nuestro sitio web que contiene una lista de contactos actuales por si necesitan comunicarse con nosotros.

<http://www.oregon.gov/DHS/CHILDREN/ADOPTION/Pages/Adoption-Guardianship-Assistance.aspx>

*¡Agradecemos a las familias adoptivas y de tutela legal por todas las cosas maravillosas que realizan!*



*Materiales en español para los niños*



## ¡La NUEVA extendida colección en español ha llegado!

Con mucha gratitud a una pequeña beca de la Red de la Biblioteca Nacional de Medicina ("NNLM" por sus siglas en inglés) de la Región número V, la biblioteca de ORPARC está encantada anunciar que pudimos aumentar muchísimo nuestra selección de materiales en ambos idiomas del español y bilingües español-inglés. Uno de los internos talentosos de habla hispana de ORPARC que vivió en el sistema de crianza pasó un tiempo considerable criando una lista impresionante de materiales que apoyan e inspiran a los niños y las familias de habla hispana. Pudimos agregar tantos materiales bellos y divertidos para niños igual que un número increíble que apoyan a los padres y cuidadores. Les invitamos a conocer a nuestros nuevos materiales en español al visitar el enlace abajo. **¡Muchas gracias a la NNLM!**

<https://www.librarycat.org/lib/ORPARCLibrary/search/tag/Espanol-Spanish>



*Materiales bilingües para niños*

*Materiales para padres, cuidadores y profesionales*

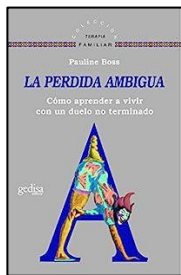
## Otros nuevos materiales en español

### Materiales para padres y profesionales



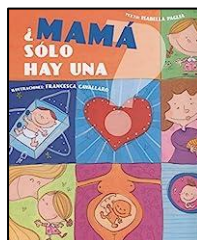
➤ *Cómo hablarles a tus hijos acerca de la muerte y el duelo*

➤ *La pérdida ambigua (Terapia familiar)*



➤ *¿Cómo te sientes hoy?*

➤ *¿Mamá sólo hay una?*



➤ *¿Qué sucede dentro de mi cabeza?*

➤ *¿Qué te preocupa?*



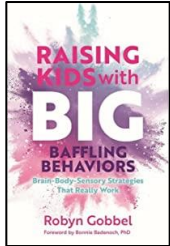




## Entrenamientos de ORPARC → Visite [www.orparc.org](http://www.orparc.org)

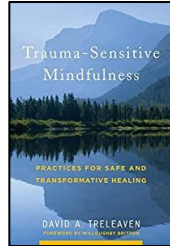
Los entrenamientos de ORPARC se realizan en forma virtual en internet. Los entrenamientos de ORPARC son gratuitos para las familias adoptivas, de recursos (“foster”) y de tutela asistida de ODHS/estado, los profesionales de adopción de ODHS/SNAC y otros participantes, según lo permita el espacio. Damos la bienvenida a todas las etnias, géneros, orientaciones sexuales y religiones. Las ayudas auxiliares y las formas alternativas de materiales escritos están disponibles para las personas con discapacidades. La interpretación en idiomas extranjeros está disponible a pedido. Solicite los servicios con dos semanas de anticipación.

## Presentación preliminar de los entrenamientos que se presentarán en otoño de este año (septiembre, octubre, noviembre, diciembre)



📖 Robyn Gobbel, una experta del tema de trauma y acoplamiento / lazo familiar y autora del tema de los límites y la comprensión de duelo que sienten los padres biológicos

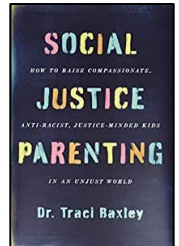
📖 David Treleaven, autor nacional y experto del tema de trauma y circunspección



📖 Criar con justicia social con autor nacional Traci Baxley (noviembre de 2023)

📖 El fentanilo, una explicación de la sobredosis, adicciones, y romper los mitos con Scott Salmon y Maria Lepe, expertos del ejército nacional

📖 El Trastorno del Espectro Alcohólico Fetal (“FASD”) con Eileen Devine, experta del tema de trauma y FASD



9320 SW Barbur Boulevard, Suite 240, Portland, OR 97219

✉ [info@autismsocietyoregon.org](mailto:info@autismsocietyoregon.org) | ☎ 1-888-Autism (1-888-288-4761)

Inscríbese en <https://autismsocietyoregon.org/> → News & Events → Event Calendar

### Grupo de Apoyo en Español (reunión virtual)

Se reúne el primer martes de cada mes  
6:00 a 7:00 de la tarde  
Comuníquese con María al correo [mariaa@autismsocietyoregon.org](mailto:mariaa@autismsocietyoregon.org)

### Recursos de Autismo en Oregón: Resumen (webinar mensual recurrente)

Se reúne el primer miércoles de cada mes | 7:30 a 9:00 de la noche  
Para registrarse, visite el siguiente enlace:  
[https://us02web.zoom.us/webinar/register/WN\\_E6CjzLGTRUaAop1Wzsy1Q#/registration](https://us02web.zoom.us/webinar/register/WN_E6CjzLGTRUaAop1Wzsy1Q#/registration)

### Apoyando a su familia adoptiva y de tutela legal (guardián) con KEEP [www.keepfostering.org/Oregon](http://www.keepfostering.org/Oregon)



¿Es usted una familia adoptiva o tutela legal (guardián) que apreciaría una guía profesional, una camaradería igual entre padres y madres, ADEMÁS de la oportunidad de recibir un cupón de regalo (“gift card”)? O, ¿conoce usted a una familia que podría beneficiarse de este apoyo? El Departamento de Servicios Humanos de Oregon (“ODHS” por sus siglas en inglés), el Centro de Aprendizaje Social de Oregon, y ORPARC se complacen en anunciar que los Grupos de Apoyo KEEP se están realizando ahora mismo para familias adoptivas y de tutela legal en el estado de Oregon. ¡Otros grupos están comenzando constantemente! Todas las familias adoptivas y de tutela legal son elegibles para recibir una referencia gratis de KEEP por medio de ORPARC. Por favor enviar correo electrónico a [orparc@nwresource.org](mailto:orparc@nwresource.org) o llamar al número 503-241-0799 (pregunte por Annie o Miguel) para aprender más o asegurar un espacio. KEEP también tiene grupos para recursos familiares (familias de crianza), incluyendo a grupos para hispanohablantes, Nativos Americanos, la comunidad LGBTQ+, y más. **¡Disfrute el nuevo video informativo de KEEP! (enlace abajo)**

<https://www.keepfostering.org/wp-content/uploads/2022/01/KEEP-Foundations-English-1080p-211117.mp4>



# Recursos, Entrenamientos, y Eventos de la Comunidad



**2023 Shoulder to Shoulder Conference** → <https://www.stsconference.com/>

- ✓ Domingo, 15 de octubre de 2023: Pre-conferencia en persona
- ✓ Lunes, 16 de octubre de 2023: Conferencia virtual de todo el día

## 2023 Shoulder to Shoulder Planning Committee



## Registración y becas están disponibles en septiembre de 2023

La conferencia es un esfuerzo colaborativo entre varias agencias de la comunidad que proveen entrenamientos de calidad y oportunidades de conocer a otras personas conectadas con el sistema de bienestar infantil.

Invitamos a todas las personas a asistir a la conferencia que apoyan a las familias que tienen conexión con el sistema del bienestar infantil: *familias adoptivas, familias de recurso (familias de crianza), parientes que son cuidadores, padres biológicos, defensores, trabajadores del ODHS, trabajadores sociales, abogados, oficiales judiciales, profesionales de salud mental, profesionales médicos, educadores, trabajadores para el cuidado de niños, etcétera.*

Los discursantes de 2023 incluyen: ♦ Yshai Boussi, L.P.C. ♦ April Dinwoodie ♦ Melissa Sampson-Grier  
♦ Elliott Orrin Hinkle ♦ Dr. Mona Delahooke



## El Centro de Información Familia a Familia de Oregon ("Oregon Family-to-Family Health Information Center" / "ORF2FHIC")



Favor de comunicarse con ORF2FHIC con cualquier pregunta al correo [contact@oregonfamilytofamily.org](mailto:contact@oregonfamilytofamily.org) o llame al número 1-855-323-6744

Se habla español

<https://www.ohsu.edu/oregon-family-to-family-health-information-center>

Favor de comunicarse con ORF2FHIC al correo de [contact@oregonfamilytofamily.org](mailto:contact@oregonfamilytofamily.org) si tiene interés en asistir a uno de los siguientes entrenamientos:

- ♦ Prepararse para la atención médica para adultos
- ♦ Preparación práctica para emergencias para familias ocupadas

## Estimados padres adoptivos y de tutela legal de la Ciudad de Portland,

¿Vive usted adentro de los límites de la ciudad de Portland? ¿Representa usted una familia de bajos recursos que enfrenta a desafíos financieros o que cuida a un niño(s) adoptado o dentro del sistema de bienestar infantil que tiene discapacidad o necesidad especial? Si es así, tal vez sea elegible para la lista de notificación del Departamento de Recreo y Parques de la Ciudad de Portland. Favor de comunicarse con [ORPARC@nwresource.org](mailto:ORPARC@nwresource.org) para más información.



# 20 Maneras de Encontrar la Calma y Conectar con tus Hijos

Por Nicole Schwarz, Licenciada en Terapia de Pareja y Familiar, Parent Coach

Si tu casa es un caos, si tus hijos no te hacen caso, si te sientes fuera de control, si te preocupa que las cosas no cambien nunca... no estás solo. Estos consejos te ayudarán a establecer una buena base para criar a tus hijos con respeto. Utilízalos como punto de partida o como medio para reconstruir o restablecer relaciones desconectadas. Deja que sea un proceso imperfecto, lleno de compasión y gracia, tanto para tus hijos como para ti.

## Empieza por ti

- Ten curiosidad por ti mismo: aquello que te hace estallar, tus emociones, tus creencias, tus pensamientos.
- Date cuenta de qué situaciones, contextos y conversaciones son los que más te cuesta controlar.
- Celebra las pequeñas victorias, especialmente aquellos momentos en los que ejerces con gran serenidad tu papel de padre o madre.
- Busca el apoyo de un amigo, de tu entorno y/o de algún profesional de la salud mental.

## Encuentra la calma

- Fíjate en la diferencia entre un cerebro que está tranquilo y un cerebro que se encuentra luchando, huyendo o bloqueado.
- Piensa en los diferentes sentimientos que existen e intenta identificarlos en tu vida diaria.
- Ayuda a tu hijo a controlar sus emociones tratando de resolver primero las tuyas.
- Descubre las estrategias para hacer frente a los problemas y mantener la calma que funcionan tanto para ti como para tu hijo.

## Conecta

- Procura dedicar un tiempo a solas con cada uno de tus hijos habitualmente.
- No retires tu afecto o contacto como consecuencia.
- Busca maneras creativas de hacer que tu hijo único se sienta atendido, escuchado y amado.
- Reconoce la diferencia entre vergüenza y culpa. Vergüenza = «Soy un error». Culpa = «He cometido un error».

## Comunícate

- Dedicar más tiempo a escuchar que a hablar.
- Limita el uso de la lógica y del razonamiento, especialmente cuando tu hijo esté enfadado.
- Empatiza con el punto de vista de tu hijo aunque no estés de acuerdo.
- Buscad soluciones juntos en lugar de resolver tú el problema por él.

## Entrena

- Conviértete en un ejemplo de cómo perdonar, rectificar y avanzar en una buena dirección.
- Transfórmate en un detective que investigue el comportamiento; pregúntate: «¿Por qué ahora?» y «¿Qué más está pasando?».
- Profundiza en la enseñanza cuando todos estén tranquilos física y mentalmente.
- Acepta que los errores forman parte del aprendizaje y del crecimiento en familia.

**Reserva ya *It Starts With You*. Disponible a partir del 15 de febrero de 2022.**

