

# LAS NOTICIAS del DSG

PERSONAS CON SÍNDROME DE DOWN – VALORADAS E INCLUIDAS

Marzo 2009

Afiliados del Congreso Nacional  
del Síndrome de Down y  
la Sociedad Nacional de  
Síndrome de Down

UNA PUBLICACIÓN DE LA ORGANIZACIÓN DE SÍNDROME DE DOWN DE DALLAS

## Talleres del IEP del 2009 *Plan de Intervención en el Comportamiento*

La Asociación del síndrome de Down de Dallas diseñó estos talleres para proveer a las familias información que les sea útil para prepararse a la junta anual del Plan Individualizado de Educación (IEP) que es requerida por los distritos escolares para cada niño que recibe servicios en educación especial. Estos talleres son gratis para los miembros de la Asociación del Síndrome de Down de Dallas y para maestros! El cupo es limitado y se requiere hacer reservación al (214) 267-1374 o al [dsged@sbcglobal.net](mailto:dsged@sbcglobal.net).

**Plan de Intervención en el Comportamiento**  
Sábado 17 de Marzo del 2009  
10:00 am - 12:00 pm  
Region 10 Service Center  
904 Abrams Road  
Richardson, TX 75081

Regan Roth Fitzgerald (M. ED, BCBA y presidente de Especialistas de Texas en la educación y el comportamiento LLC) hablará sobre como desarrollar e implementar un efectivo Plan de Intervención en el Comportamiento (BIP) que cubre problemas en el comportamiento como, salir corriendo en lugar de obedecer,

no someterse a la autoridad, etc. Las personas que asistan aprenderán acerca de las cuatro funciones principales de todos los comportamientos y como se relacionan al desarrollo de todo de las partes del BIP – desde la evaluación funcional hasta estrategias positivas de intervención. El conferencista llevará a cada persona a través del proceso paso a paso y ayudará a practicar técnicas en la escritura y estrategias para problemas del comportamiento.

*Por favor vaya a la pagina 4 para ver la información acerca del taller que se efectuará en el mes de Abril es divertido divertirse.*

## Soluciones en la Inclusión una publicación nueva

La Asociación del Síndrome de Down de Dallas esta orgullosa de anunciar la publicación del primer ejemplar de *Soluciones en la Inclusión*. Cada ejemplar de esta publicación informativa proveerá información práctica y de lo mas relevante para ayudar a los educadores a servir mejor a sus estudiantes con Síndrome de Down en los salones de clase. En Enero, la Asociación envió por correo electrónico la primera copia de esta publicación trimestral a todos los padres que tienen niños de de edad escolar y que son miembros de la Asociación así como también a directores de educación

especial de la Región 10 y a muchas otros distritos escolares del Norte de Texas. Nuestra esperanza es que los padres compartan esta publicación con los maestros y a la vez que los maestros ordenen sus propias copias. Cualquiera puede leer el primer ejemplar de *Soluciones en la Inclusión* en la pagina de internet de las Asociación la cual es [www.downsyndromedallas.org](http://www.downsyndromedallas.org). El segundo ejemplar saldrá en Abril del 2009. Para mas información y suscribirse a esta publicación gratuita llame a Becky Slakman al (214) 267-1374 o al correo electrónico [dsged@sbcglobal.net](mailto:dsged@sbcglobal.net) de la oficina del DSG.

### Adentro de esta edición:

- Club 21.....2
- Mensaje del Director Ejecutivo.....2
- Hora Feliz para papás.....2
- Marque esta fecha en su calendario - El picnic familiar anual y reunión de membresía.....3
- Doble Diagnostico.....3
- Spring Break Activities.....3
- Simples Maneras de Fomentar el Habla y el Desarrollo del Lenguaje.....4
- Clínica de IEP - Es divertido divertirse pero tienes que saber cómo!.....4
- Mensaje de la Presidente de la Caminata entre Amigos.....5
- Aplique hoy para tener la foto de su hijo/a en el calendario del 2010.....5
- En la Comunidad.....6-7
- De la Biblioteca del DSG.....6
- Clase de Cocina.....6
- Cuidándose a Si Mismo.....7
- Para Su Inoformacion Error de Medicaid..7
- Calendario de Eventos del DSG.....8

## UNA MANERA DE HONRAR A NUESTROS SERES QUERIDOS

# Club 21

es un programa de

*DSG en honor de un ser querido:  
Coincidiendo el número del  
cromosoma que afecta  
a nuestros niños.*

Para: Mr. & Mrs. Jerry Thompson  
*On behalf of the Thompson family.*  
Departamento de: Vicki, Ed, and  
Madi Bass

Un regalo del DSG para hacer honor a un ser querido es una forma de reconocer las vidas, celebrar cumpleaños, aniversarios, graduaciones, nuevos hogares, y cualquier tipo de ocasión. Un regalo en memoria de un amigo o pariente es una forma amable de expresar condolencias al mismo tiempo que esta ayudando a una buena causa. Al recibir un conmemorativo o un regalo honorario, DSG notificará a la familia o individuo para expresar nuestro agradecimiento y enviaremos al donante una carta de recibo.

Interested in making a *Club 21* donation? Contact Becky Slakman by e-mail at [dsged@sbcglobal.net](mailto:dsged@sbcglobal.net) or by phone at (214) 267-1374.

## Mensaje del Director Ejecutivo Por Becky Slakman

La semana pasada fue mi segundo aniversario como Director Ejecutivo de la Asociación del Síndrome de Down de Dallas. Recordé el primer mensaje que escribí para esta publicación. Cité la misión de afirmación de la Asociación. La afirmación dice así: *La Asociación del Síndrome de Down de Dallas provee información correcta y actual, recursos y apoyo para personas con síndrome de Down, a sus familias y a la comunidad.*

La junta Directiva de la Asociación recientemente llevó a cabo una sesión anual de planeación. Revisaron el proceso actual para obtener información y recursos para usted, y evaluaron los actuales programas. Las conversaciones incluyeron diseñar recursos para el futuro y programas que beneficien a nuestras familias. La junta directiva trabajó diligentemente todo el año para asegurar que permanezcamos trabajando, enfocados y siguiendo los objetivos estratégicos planeados para el año.

Estoy contenta de informarle que hemos logrado realizar en gran medida el plan estratégico creado por nuestra directiva para este año. El *comité de padres-a-padres* creó una preciosa carpeta con información que nosotros hemos estado entregando a padres con bebés recién nacidos. El *comité Opciones para Adultos* junto a Cara Prentice, Especialista en programas del DSG, desarrolló una *Guía de Recursos para Familias con Adultos con Síndrome de Down*. La primera publicación de *Soluciones en la Inclusión* ya ha sido publicado para Directores de Educación Especial en el metroplex. Hemos realmente “tocado” a muchos educadores en nuestra área quienes, han asistido por primera vez a uno de nuestros talleres sobre el IEP y han pedido recursos educativos. Tenemos un nuevo y hermoso folleto que explica quienes somos y que es lo que hacemos. Estamos actualizando nuestra página de internet la cual incluye ahora una sección específicamente para educadores. La Junta Directiva estableció un comité llamado “futuro centro” en el cual se

discute el tamaño de nuestro edificio, localidades, y futuras necesidades de espacio. Estamos continuamente reevaluando nuestros programas para ver si hemos alcanzado nuestras metas. La asistencia ha incrementado en nuestros programas informativos así como en nuestros eventos sociales.

Los logros arriba mencionados demuestran que estamos en sí logrando el propósito del DSG. Estoy agradecida de trabajar con un grupo tan comprometido de voluntarios y ver que nuestra organización permanece dirigida por nuestra misión de proveerle con los mejores servicios y programas posibles. Por favor, honre los esfuerzos de nuestra mesa directiva y de nuestro personal tomando parte en las oportunidades que les ofrece la Asociación del Síndrome de Down de Dallas.

Esperamos verlos en nuestro anual picnic familiar y reunión de membresía el Domingo 3 de Mayo del 2009. Una vez más estaremos en Park Lane Ranch. Podrá encontrar los detalles e instrucciones para reservar en la página 3 de esta publicación.

## Hora Feliz para papás

**M**ércoles 19 de Marzo del 2009  
6:30 pm - 8:30 pm  
*The Londoner*  
14930 Midway Road  
Addison, TX 75001  
phone: (972) 458-2444

Únase a los papás de la Asociación del síndrome de Down de Dallas, Chris McKee y Doug Dureau para una bebida y conversación. Siéntase libre de invitar a otros papás que podrían tener el gusto de venir y disfrutar. Reserve con Becky Slakman al (214) 267-1374 o al [dsged@sbcglobal.net](mailto:dsged@sbcglobal.net). Si usted no puede venir esta vez pero le gustaría ser incluido en la lista de nuestro correo electrónico para eventos futuros hágaselo saber a Becky hoy.

## Marque esta fecha en su calendario - El picnic familiar anual y reunión de membresía

**D**omingo 3 de Mayo del 2009  
 1:00 pm - 5:00 pm  
 (lunch will be served from  
 1:30 pm - 3:00 pm)  
 Park Lane Ranch  
 8787 Park Lane  
 Dallas, TX 75231  
[www.parklaneranch.com](http://www.parklaneranch.com)  
 (Localizado al oeste de la calle  
 Abrams en el lado norte de Park Lane)

El picnic de la Asociación del síndrome de Down es un evento muy popular! Usted tendrá la oportunidad de visitar amigos, viejos y nuevos. En el evento de este año habrá muchas actividades – mini golf, mini juegos

## Spring Break Activities

### Sorprendente Spring Break en Amazing Jake's

Miércoles 11 de Marzo del 2009  
 6:00 pm - 9:30 pm  
 Amazing Jake's Food & Fun  
 831 North Central Expressway  
 Plano, TX 75075  
 (Al Este del Collin Creek Mall)

La Asociación del síndrome de Down de Dallas esta emocionado de ofrecerle una actividad social a todos nuestros jóvenes adultos de 19 años de edad en adelante. Nuestros auto-defensores se estarán uniendo a estudiantes de la Universidad de Evanston, Illinois quienes estarán viniendo a Dallas para celebrar Spring Break. Será una noche llena de alegría, comida, y nuevos amigos – un tiempo verdaderamente sorprendente!

Amazing Jake's es un lugar que tiene mas de 90,000 pies cuadrados de alegría y diversión. El costo para este evento es de \$5.00 – el cual cubre pizza sin limite, pasta, postres, ensaladas, y bebidas – todos los juegos para montar, escaladora de pared, mini

de video, Bingo, arte y manualidades, una granja, juegos de basketball y cajas de bateo – diversión para cada miembro de la familia. Todas las actividades y una comida tipo buffet son gratis para miembros y sus familias, y usted puede renovar su membresía ahí mismo en el picnic. El costo de membresía para este año es de \$25 por familia.

Aunque este evento es gratuito, usted debe reservar enviando un correo electrónico a [dsged@sbcglobal.net](mailto:dsged@sbcglobal.net) o llamando al (214) 267-1374 antes del miércoles 29 de Abril del 2009. Incluya en el mensaje el numero de adultos y niños que estarán asistiendo.

golf, carritos que chocan, películas y laser tag. También se incluirá un numero limitado de puntos para jugar juegos de videos.

Se requiere reservación – contacte a Becky Slakman al (214) 267-1374 o al [dsged@sbcglobal.net](mailto:dsged@sbcglobal.net).

### Sea creativo durante el Spring Break

Lunes 16 de Marzo del 2009  
 1:00 pm - 3:00 pm  
 Oficina del DSG  
 701 N. Central Expressway, Suite 5-I  
 Richardson, TX 75080

Los estudiantes con Síndrome de Down - entre las edades de 8 a 16 años de edad – estan invitados para empezar Spring Break en el DSG. Únase a la tropa Girl Scout 224 para hacer actividades de arte y manualidades. Cada participante irá a casa con su propia obra maestra.

Regístrese rápidamente porque el cupo es limitado a 12 estudiantes. Reserve con Becky Slakman al (214) 267-1374 o al [dsged@sbcglobal.net](mailto:dsged@sbcglobal.net).

## Doble Diagnostico

**S**ábado 28 de Marzo del 2009  
 10:00 am - 12:00 pm  
 Down Syndrome Guild  
 of Dallas Office  
 701 N. Central Expwy, Suite 5-I  
 Richardson, TX 75080

La asociación del síndrome de Down de Dallas tuvo su primera junta informal en Enero con padres quienes creen que su hijo/a tiene un doble diagnostico de síndrome de Down y de Autismo. A esta junta asistieron padres de familia con niños de entre las edades de 1 a 32 años. Ellos compartieron información acerca del comportamiento, terapias, dieta, medicamentos y escuelas.

Si usted tiene alguna preocupación sobre el desarrollo y comportamiento de si hijo/a, por favor unase a nosotros para nuestra siguiente reunión el 28 de Marzo. Reserve con Becky Slakman al (214) 267-1374 o al [dsged@sbcglobal.net](mailto:dsged@sbcglobal.net).

# Simple Maneras de Fomentar el Habla y el Desarrollo del Lenguaje

Por Julie R. Liberman

Frecuentemente los logros en la comunicación en algunos niños se alcanzan con mucha facilidad; en otros, en ocasiones se retrasan o se tardan en adquirir. Especialistas, como patólogos del habla y del lenguaje, pueden ayudar cuando ocurren estas dificultades. Retraso en el lenguaje incluye aspectos de pronunciación de sonidos (articulación), así como fluidez (tartamudeo) o problemas en la voz. Retraso en el lenguaje, se refiere a dificultades con el lenguaje expresivo y/o receptivo. El lenguaje expresivo es lo que se conoce como el comunicador, (ejemplo.. el output), y el lenguaje receptivo se refiere a lo que el individuo puede entender (ejemplo ...input). Hay muchas formas simples en las que los padres y los cuidadores pueden ayudar y facilitar el desarrollo de la comunicación de sus hijos. Aquí se muestran algunas ideas!

## Nacimiento a los 2 años

- Fomente los sonidos de vocales y de consonante-vocal, como “ma”, “da”, “pa” y “ba”
- Reenforce los intentos manteniendo contacto visual, respondiendo con palabras, e imitando las vocalizaciones usando diferentes patrones y énfasis, como el alzar la voz, bajar la voz, tono de pregunta, tono de admiración, etc..
- Enseñe al niño a imitar sus acciones, incluyendo aplaudir con sus manitas, enviar besos, y jugar juegos simples con las manos, y con canciones.
- Hablar mientras lo baña, lo alimenta, lo viste, nombrando las acciones y los objetos.
- Consistentemente nombre las cosas, y utilice palabras familiares, como los colores, los números, los nombres de miembros de la familia.
- Combine gestos y movimientos con las palabras, continuamente, por ejemplo diga : adios mientras mueve la mano, diga hola,

mientras mueve su mano o saluda.

- Introduzca sonidos de animales (La vaca dice, muu, el pato dice quack, quack)
- Cuando le lea al niño, use libros con ilustraciones grandes, coloridos y simples, con pocos detalles. Y anímelo a nombrar lo que ve en el cuento, como objetos, animales, acciones.

## 2 a 4 Años

- Hable claro y simple, para que sea fácil para el niño imitar.
- Repita lo que su niño dice para indicar que lo entiende, y luego expanda lo que dijo (ejemplo: quieres jugo? Tengo jugo. Tengo jugo de manzana. Quieres jugo de manzana?)
- Haga un libro de las cosas, gente y lugares favoritos de su hijo, usando fotos o recortes.
- Ayude a su hijo el entender preguntas, al hacerle preguntas y enseñarle a responder no solo con un si o no. (ejemplo: Qué estás haciendo? Qué quieres? A dónde vas?)
- Haga preguntas que requieren escoger una opción: Quieres jugo de manzana o de naranja?
- Expanda su vocabulario nombrando objetos/artículos/actividades y explique sus funciones. Ejemplo: “Estos son mis ojos, son para ver”
- Enseñe a describir, poniendo objetos familiares en una caja. Pida al niño que saque un objeto, y pídale que le describa y diga lo que sacó.

## 4 a 6 Años

- Cuando su hijo empiece una conversación, déle toda su atención cuando sea posible, y asegúrese también que su hijo le está prestando atención cuando ud. habla.
- Dese cuenta, anime y alabe todos los intentos que su hijo haga de hablar.

- Haga una pequeña pausa después de hablar. Esto le da a su hijo una oportunidad de continuar la conversación.
- Continúe construyendo su vocabulario, introduciendo una nueva palabra con su definición, o utilice una nueva palabra en un contexto que sea fácil de entender.
- Use un vocabulario (palabras) específicas, como palabras de secuencia (primero, después, al final), ó (derecha, izquierda, atrás, abajo) y opuestos (arriba, abajo, apagado, prendido, afuera, adentro)
- Ofrezca claves para que su hijo pueda identificar objetos, ejemplo: “Lo usamos para cepillarnos los dientes”, “Es amarillo y lo comemos” (plátano).

*Julie R. Liberman, M.A., CCC-SLP, is the owner of Speech TX and will present at the 2009 April IEP Clinic.*

## Clínica de IEP - Es divertido divertirse pero tienes que saber cómo!

**S**ábado 4 de Abril del 2009  
10:00 am - 12:00 pm  
Region 10 Service Center  
904 Abrams Road  
Richardson, TX 75081

Julie Liberman (M.A. CCC-SLP y dueña de Speech TX) presentará estrategias para facilitar amistades. Los temas incluyen:

- La importancia del juego
- Desarrollo típico de habilidades de juego
- Diferentes teorías para enseñar como jugar y mejorar habilidades sociales
- Incorporar estas habilidades en los objetivos y metas del IEP

## Mensaje de la Presidente de la Caminata entre Amigos

**G**racias a todos por contribuir a hacer de la Caminata Entre Amigos 2008, todo un éxito! Patrocinado por la Asociación de Síndrome de Down, Volvo Park Place y Desarrollo Corporación Hillwood, este año la Caminata reunió a 300 personas para promover la concientización e inclusión de las personas con síndrome de Down en la comunidad de Dallas.

Familias y amigos celebraron y nos ayudaron en nuestros esfuerzos de recaudación de fondos al participar en las festividades. Los inflables, la pared de escalar, el trencito, campo de obstáculos, puestos de pintura de caritas, y llenaron el parque de risas y alegría. David Chicken actuó, canto y bailó, alegrando a todo el público, muchos de los cuales le acompañaron en uno que otro baile o canción. El coro de la Escuela de Notre Dame entretuvo e inspiró con su canto. Nuestros patrocinadores y Puestos de Recursos ofrecieron información y diversión a los asistentes.

Una vez más, Flag Pole Hill nos proporcionó un excelente lugar para nuestro evento. Tuvimos la bendición de contar con un día hermoso, lleno de sol en noviembre, permitiendo que todos disfrutáramos de la caminata de 1 milla. Se sentía un ambiente muy festivo, al ver a todos los equipos prepararse para su caminata con sus camisetas y letreros que celebraban a su ser querido. El ver a todos iniciar su caminata con vagones decorados con pequeñitos adentro, carreolas, patinetas y a todos caminar, todo esto, causaba inspiración. La multitud parecía interminable, al ir todos caminando. Fue especialmente lindo darles la bienvenida a nuevos padres, a nuevas familias a este evento. Su interés y entusiasmo era contagioso. Los caminantes bailaban al cruzar la meta, al tono de la canción "Party All The Time Disc Jockey"

Nada de esto hubiera sido posible sin los esfuerzos de los Capitanes de Equipo. Tuvimos alrededor de 56 equipos, que recaudaron más de \$ 140,000. Picnics, ventas de garage, peticiones por email, lavado de coches, y ventas de postres, fueron algunas de las actividades que coordinaron los capitanes de equipo. Su gran labor debe ser Aplaudido!!!! Nuestros equipos que recaudaron mayores fondos fueron:

- Jesuit Rangers
- Southern Enterprises, Inc— Talor Milstein
- Rockin' Trekkers Self-Advocate Team

Donaciones por internet fueron de nuevo muy populares este año. Por favor recuerden que las donaciones por internet son posibles durante todo el año, en nuestra página de red. Esto parece ser una buena y fácil manera de honrar a un ser querido o dar una donación al DSG debido a una ocasión especial. Los animo a que visiten nuestra página de red y vean el corto video de la Caminata. Los hará sonreír y tal vez llorar.

Nuestro más sincero agradecimiento a nuestros patrocinadores. Su participación nos ayuda a promover una mayor concientización en nuestra comunidad. Espero que todos agradezcan personalmente a quienes les dieron donaciones y patrocinaron nuestro evento, también al usar sus productos o servicios durante el transcurso del año, les estarán agradeciendo.

Fue encantador y un privilegio el trabajar con todos los miembros del comité y los voluntarios. Su dedicación hacia la Caminata es inmensa. Su arduo trabajo y su cariño es visible a través de todos los detalles del evento de la Caminata.

Como un embajador de la comunidad de síndrome de Down, tenemos la oportunidad de impactar a muchos en el Norte de Texas. Espero sinceramente que

la esperanza, energía y entusiasmo de un día pueda posiblemente influenciar a nuestros vecinos y a otros, permitiendo así aceptar y querer a nuestras familias como son cada uno de todos los días, así que Continúen usando orgullosamente su camiseta de la Caminata.

Gracias por hacer de la Caminata Entre Amigos un gran éxito y permitir así, que la Asociación de síndrome de Down continúe proporcionando programas y servicios. Esperamos verlos en la Caminata 2009 el 8 de noviembre en Flag Pole Hill. Nunca es tarde para empezar a formar tu equipo!

- Terri McKinney, Presidente de Caminata Entre Amigos 2008

## Aplique hoy para tener la foto de su hijo/a en el calendario del 2010

**E**s tiempo para empezar a planear para el calendario del 2010 de la Asociación del Síndrome de Down de Dallas. El calendario muestra fotos de los niños de algunos de nuestros miembros. Cada año las ventas de calendarios representa una parte muy significativa en la recaudación de fondos del DSG. Pero lo mas importante es que el calendario nos permite mostrar los rostros bellos de nuestros hermosos niños a la comunidad durante todo el año. Si usted esta interesado en aplicar para tener la posibilidad de tener la foto de su hijo/a en el calendario, vaya a nuestra pagina de Internet y encuentre la aplicación y los requisitos. Si usted no tiene acceso al internet, puede llamar a nuestras oficinas al (214) 267-1374 y pida información y se le enviará por correo una aplicación. Regrese toda la información requerida a nuestras oficinas antes del 15 de Abril del 2009.

## En la ...

### Marchando por Respeto

Tomen un paso hacia el rumbo correcto. Acompañen a personas del Metroplex de Dallas-Fort Worth el sábado 29 de Marzo del 2009 en el West End de Dallas para dar respeto a los ciudadanos con discapacidad de desarrollo. En el evento habrá una mitin, una caminata corta, actividades y juegos—será una experiencia edificante!

Las actividades comienzan a las 9:00 am y la caminata comienza a las 11:00 am. La inscripción será gratis! Llamen a (972) 323-1220 (pregunten por Stacy Rogers.)

### Taller de Trabajo Gratis con Kathie Snow

Viernes 1 de Mayo del 2009

8:00 am - 4:00 pm

Hallmark Center II Auditorium

16001 North Dallas Parkway

Addison TX 75001

"¡Animador!" "¡Estimulante!" "¡Subversivo!" Estas son algunas de las palabras expresadas para describir la presentación de Kathie Snow. Kathie se divierte durante su presentación—y tu también! Historias personales, humor, indagación y formas diferentes de pensar son incluidos. No se pierdan este evento emocionante que crea habilidades y promueve resultados nuevos, positivos y diferentes y nos ayuda a crear un mundo mejor para todos.

## De la Biblioteca del DSG

### Viendo el Espectáculo – Lo que necesitamos hacer y deshacer para que florescan las amistades

- Carol Tashie, Susan Shapiro-Barnard, and Zach Rossetti, *Inclusive Solutions: Nottingham UK, 2006.*

Saque este precioso libro de la biblioteca de la oficina de la Asociación de SD para compartirlo con uds. Simplemente porque ví que tenía el nombre de Carol Tashie en el. Ella siempre tiene algo bueno que ofrecer. Este libro es una joya. El libro es un proyecto grupal que incluye dibujos muy cómicos.

Un ejemplo de unos pedazos del libro es una sección llamada “Círculo de Valor.” En él los autores describen una experiencia de un especialista en conducta que va a una escuela a ayudar a un estudiante en específico. Después de observar al estudiante todo el día, el especialista se reunió con los maestros, quienes esperaban un plan de conducta muy preciso. En cambio, el especialista dibujó un círculo dividido en cuatro

cuadrantes iguales. En cada uno de los cuadrantes ella escribió:

- Espíritu de pertenecer
- Espíritu de logro
- Espíritu de independencia
- Espíritu de generosidad

Ella le pidió al grupo que discutieran al estudiante en los términos de las necesidades humanas básicas de cada uno de los cuadrantes . En dónde en su vida el estudiante experimentaba el sentimiento de pertenecer, el sentimiento de ser muy bueno en algo, el sentimiento de tomar sus propias decisiones, y el tener la oportunidad de dar? Cuando estas necesidades se satisfacen, entonces la conducta se compone (se endereza) sola.

El círculo sugiere que todos tenemos estas cuatro necesidades básicas, y estas necesidades no son sólo deseos sino que son básicas para que el espíritu humano pueda vivir una vida plena e independiente.

- Nancy Davenport, editora de "La Noticias del DSG"

## Clase de Cocina



Miembros del DSG disfrutaron de la cocina cuatro diferente veces en su clase de cocina el 24 de Enero del 2009. Gracias a Jennifer Hood y sus voluntarios por este evento.

## Cuidándose a Si Mismo

**E**l crear a un niño con necesidades especiales puede ser conmovedor. Si no se cuidan, la educación especial puede consumir sus vidas. Muchos padres no paran hasta quedar sin ánimo.

Tomen la vida un paso a la vez. Escuchen cintas sobre como manejar tu tiempo. Usen una agenda para controlar sus vidas. Tomen tiempo para estar entre familia y amigos para obtener una perspectiva saludable y obtener nueva energía.

Estas son unas sugerencias de como cuidarse a si mismo y a su familia.

Tomen tiempo para estar con su pareja. Usen correo electrónico o mensajes computarizados para estar en comunicación.

Tomen tiempo para compartir con cada hijo a solas. Pongan el nombre de su hijo en el calendario. Dejen que su hijo escoja el lugar o evento.

Busquen la oportunidad de escaparse por tiempos cortos. Visiten un lugar local en la tarde o un centro turista por el fin de semana. Un escape puede ayudar a relajarse.

Tomen tiempo para cultivar amistades. Hagan tiempo para ir a ver una película, ir a cenar, ir al gimnasio, o ir a caminar con amigos.

Pidan ayuda. Cuando necesiten ayuda pidan a sus amigos o familiares si necesitan que les cuiden los niños al ir a hacer los quehaceres.

Busquen a otros padres cuando estén preocupados o necesitan animo.

Comparten el atender a los niños con otras familias. Escogen un horario cada semana cuando pueden ayudar a la familia y cuando ellos les pueden ayudar a usted. Así cada uno tendrá a alguien a con quien comunicarse cuando necesiten un desahogo.

Ayuden a los demás. Si pasan una

hora al mes ayudando a otros, les ayudara a mantener sus problemas en una perspectiva saludable. Sabrán que no están solos.

Tomen un tiempo para ayudar a la educación especial (por ejemplo: hacer llamadas telefónicas y llenar documentos). Si mantienen una agenda, la educación especial no consumirá sus vidas.

Simplifiquen sus vidas. Quiten el desorden. Su hogar debe ser un lugar de paz y en donde se pueden relajar.

Desconecten el teléfono. Cuando necesiten tiempo silencio, apaguen el teléfono unas cuantas horas.

Cuiden su salud, hagan citas al doctor. Si se sienten ansiosos o deprimidos, busquen ayuda medica.

*Gracias a Peter W. D. Wright y Pamela Darr Wright de Wrightslaw. Comuníquense con ellos en [www.wrightslaw.com](http://www.wrightslaw.com).*

## Para Su Inoformacion Error de Medicaid

**M**edicaid estableció una póliza que afecta el número de visitas de terapia que puede recibir un niño en un día. Los proveedores médicos mandaron una carta a las familias para informarles que sus hijos solo podrán recibir un tipo de terapia por día. Claro que esto puede causar problemas para niños, padres y terapeutas. El ultimo reporte dice “se ha revocado la póliza y no será puesto en efecto.” Si se les dice que su hijo no podrá recibir terapia del habla y terapia física en el mismo día, avíseles que esa póliza ya no esta en efecto.

## ...Comunidad

*La autora de La Discapacidad es Natural y otros Sentidos Comunes Revolucionarios (Disability is Natural and Other Revolutionary Common Sens)*

Kathie Snow es madre de dos adultos jóvenes—uno es un estudiante de colegio y tiene discapacidad. Las presentaciones de Kathie, al igual que los artículos, libros y productos ponen en marcha cambios positivos y de larga duración en las vidas de personas con discapacidad y sus familiares.

Desde 1991, Kathie ha presentado mas de cien platicas y talleres de trabajo para padres de niños con discapacidad, adultos con discapacidad, proveedores de servicios, educadores, y otras personas. Aparte de los libros publicados, ha publicado un noticiero vía Internet, y un sitio de red [www.disabilityisnatural.com](http://www.disabilityisnatural.com) que tiene artículos revolucionarios y una variedad de productos que promueven una forma nueva de pensar sobre la discapacidad. Kathie tiene mucho entusiasmo, es positiva, y apasionante en asegurarse que los niños y adultos con discapacidad vivan vidas reales, incluidas totalmente en el hogar, en la escuela, en el lugar de empleo, y en la comunidad.

Se requiere una inscripción ante mano antes del viernes 24 de Abril. Se encuentra la aplicación en el sitio de red del DSG, [www.downsyndromedallas.org](http://www.downsyndromedallas.org) donde pueden bajar a su computadora y mandar vía correo electrónico a Bank of America Disability North Texas Chapter 2009 o llamen al Kim Harsha al (469) 201-8094.

701 N. CENTRAL EXPRESSWAY  
BUILDING 5-I  
RICHARDSON, TX 75080

*Se pide servicio de retorno*

(214) 267-1374

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

[dsged@sbcglobal.net](mailto:dsged@sbcglobal.net)

EXECUTIVE DIRECTOR: BECKY SLAKMAN

PRESIDENT: KELLY DRABLOS

DSG LAYOUT EDITOR: JENNIFER FORD

LA CLÍNICA DE SÍNDROME DE DOWN ES CADA VIERNES EN CHILDREN'S MEDICAL CENTER.

LLAMÉ A (214) 456- 2357 PARA UNA CITA.

NON-PROFIT ORG.

U.S. POSTAGE

**PAID**

RICHARDSON, TX

PERMIT NO. 65

Negación: Asociación del Síndrome de Down de Dallas (DSG) no asume ningún específico o responsabilidad implicada con respecto a la interpretación, al uso, al uso erróneo, o a la comunicación subsecuente del contenido o de la información editorial contenida en esta publicación. Las opiniones, la creencia, y los puntos de vista expresados adjunto son las de los autores y de los contribuidores individuales y no representan necesariamente los del DSG, de sus directores, de los miembros, o del redactor de esta publicación. El contenido de todas las noticias de DSG se proporciona como un servicio público para el propósito informativo solamente y no es un sustituto para el consejo médico o profesional. Las noticias de DSG no endosan ninguna terapia particular, institución, o sistema profesional. Se presenta la información adjunto como es, sin garantía de la clase expresa o implicada. Las sumisiones a las noticias de DSG se corrigen para asegurar uso de la lengua de la "gente primero".

8

ORGANIZACIÓN DE SÍNDROME DE DOWN DE DALLAS

*Este mes en el calendario del DSG Gage, Joseph, Brandt, Grace, Allison, Aiden, Lauren, y Tad declaran que es tiempo para jugar fútbol.*



DECLARACIÓN DE LA MISIÓN: LA ASOCIACIÓN DEL SÍNDROME DE DOWN DALLAS PROPORCIONA LA INFORMACIÓN, RECURSOS, Y LA AYUDA EXACTOS Y ACTUALES PARA LAS PERSONAS CON SÍNDROME DE DOWN, SUS FAMILIAS, Y LA COMUNIDAD.

¿SE HA MOVIDO? NO SE OLVIDE DE DARNOS SU CAMBIO DE DIRECCIÓN, LLAMANDO A NUESTRAS OFICINAS O POR CORREO ELECTRÓNICO A [DALLASDSG@SCBGLOBAL.NET](mailto:DALLASDSG@SCBGLOBAL.NET).

LA PUBLICACIÓN DE *LAS NOTICIAS* DE DSG SON POSIBLES POR LA GENEROSIDAD DE LA FUNDACIÓN DE LA FAMILIA DE CHARLES H. PHIPPS.

## Calendario de Eventos del DSG

### Marzo

Escape para Mamis - Visiten el Sitio de la web para obtener detalles para la salida en Marzo.

### 7 de Marzo

Clínica de IEP – *Planes de Intervención de Conducta*

### 11 de Marzo

Abogados de Derechos Propios a Jakes Asombrosos

### 16 de Marzo

Arte y Artesanías

### 18 de Marzo

Hora Feliz con el Grupo de Papis

### 28 de Marzo

Grupo de Padres para la diagnosis dual de Autismo/DS

### 4 de Abril

Clínica de IEP - *Es divertido el divertirse*

### 15 de Abril

Último Día para aplicar para fotos para el calendario del DSG

### 3 de Mayo

Picnic familiar anual del DSG y junta de miembros