

# Phthalates Exposure

## How to Reduce Risks to Your Family

You may not realize it, but you and your family likely encounter phthalates every day. These chemicals are found in many plastics, including food packaging, and can migrate into food products during processing. They are also in personal care products like shampoos, soaps and laundry detergents, and in the vinyl flooring in many homes.

Phthalates have been mentioned in the news lately after a group of scientists urged for better federal regulation of the chemicals. Despite evidence of the harm these chemicals can cause, regulation in the United States have largely focused on phthalates in children's toys. A recent move by the General Mills-owned food brand Annie's to eliminate phthalates from its macaroni and cheese packaging materials and food processing equipment suggests that stricter rules should be in place.

### What are phthalates and how are they used?

Phthalates (pronounced "thah-lates") are chemicals that have been widely used since the 1950s to soften plastics that would otherwise be brittle and crack when bent. Because phthalates are not chemically bound to the plastics they are added to, they are continuously released into the air or food or liquid. (Did you ever notice how plastic sometimes hardens over time? That's because the phthalates have leached out of it.)

Phthalates are found in many products. In personal care items, they are used to help lubricate other substances, help lotions penetrate and soften the skin, and help



fragrances last longer. They are also used in toys, electronics, car-care products, insecticides, and many household products, such as adhesives, plastic wrap, plastic containers, flooring, furniture, and shower curtains.

Phthalates are used in food packaging and food processing items such as conveyor belts, plastic tubings for liquids, and even food preparation gloves. When these equipment contain phthalates and touch food, they end up in food items. Foods that are high in fat in particular can absorb phthalates through exposure during processing.

### How do phthalates get into our bodies?

**Ingestion.** When a baby plays with or chews on an object that contains plasticizers (like a teether, squeeze toy, or bath book), the chemicals can end up in the child's body. Because babies put things in their mouth routinely, they are especially vulnerable to ingesting phthalates.

Older children also ingest plasticizers when they play with things that contain phthalates and then put their hands in their mouth.

We also ingest plasticizers by eating food that has been contaminated via certain food packaging or by drinking beverages from plastic bottles that leach the chemical into the food or liquid.

**Absorption.** Phthalates are found in many scented and cosmetic products, such as in deodorants, nail polish (where they help prevent chipping), hair spray (where they prevent stiffness), perfumes, lotions, creams, and powders (including baby lotions, creams, and powders). The chemicals from these products can be absorbed through the skin and into the bloodstream.

**Inhalation.** Phthalates can be breathed in from dust or fumes from any products that contain vinyl, such as vinyl flooring,

## Initial and Annual Training Requirements

As a licensed and certified resource parent, each caregiver within the household must successfully complete training courses. This includes completing initial training requirements as well as annual training courses.

According to the RFA Written Directives, each resource parent is required to complete a minimum of 12 hours of pre-certification training and maintain 8 hours of training annually. This means that before a child can be placed in a home, resource parents must complete their training classes. Additionally, parents must attend 8 hours of training sessions every year to keep their license active. Parents should take classes that are appropriate to the age and needs of their children. Resource parents must also remember to keep copies of their unexpired first aid and CPR certificates.

First aid and CPR classes are offered by the Family & Children's Services on a routine basis. However, resource parents may take classes from other organizations, including the American Red Cross, the American Heart Association, a training program approved by the State Emergency Medical Services Authority, or a course offered by an accredited college or university.

If there are any questions about the requirement, where to take a course, or the training schedule, be sure to contact your RFA worker!

### SECTION 11-19: Annual and Other Training

- (a) *Each Resource Parent shall submit copies of certificates verifying completion of cardiopulmonary resuscitation (CPR) and first aid training to a County no later than 90 days following Resource Family Approval.*
- (b) *Each Resource Parent shall complete a minimum of eight hours of annual training pursuant to Section 8-01.*
- (c) *Each Resource Parent shall complete relevant specialized training to meet the needs of a particular child or nonminor dependent in care, and any additional training deemed necessary by a County.*

vinyl seating (in cars, for example), and some diaper-changing mats. The production of fumes by these products is called off-gassing.

#### Are phthalates harmful?

Phthalates can disrupt the endocrine system, the glands that release hormones as the body's chemical messengers. This can impact brain development, hormone production, and thyroid function. But exactly how harmful phthalates are remains a question debated by scientists. Currently research studies are examining whether phthalates influence the timing of puberty or increase the risk for childhood obesity. Scientists are also looking at the relationship between phthalates and asthma.

#### How do I keep my family safe?

A few simple changes can make a big difference in promoting health and reducing phthalate levels in the home.

#### To minimize ingesting phthalates:

One easy change is to swap out plastic food and drink packaging containers with glass containers. For example, use glass storage containers. If that's not possible, it's best to let food cool to room temperature before placing it in plastic food storage containers. This is because high temperatures cause the chemicals to leach out of the plastics. Don't microwave food in plastic containers, because phthalates can migrate from storage containers into food.

You can also reduce phthalate exposure by checking labels to avoid using products that include phthalates, and by eating less processed food that might have absorbed phthalates during production. When you buy food such as cheese or meat wrapped in plastic, slice or scrape off a thin layer before serving.

When you do buy plastic bottles, look for bottles that are phthalate-free. Some of these products are marketed as such. In addition, check the bottom of plastic bottles and choose those labeled #1, 2, 4, or 5, which are generally considered safer. Plastics labeled #3 may leach phthalates.

#### To minimize absorbing phthalates:

Limit the amount of baby care products you use on your baby. When you do use baby care products, choose products that are phthalate-free or are without fragrance on the label. Unfortunately it's not always easy to tell from the list of ingredients. Manufacturers aren't required to list phthalates separately, so they may be included under the term "fragrance."

You can visit the Environmental Working Group's Skin Deep database: <https://www.ewg.org/skindeep/>. This website contains reviews of all kinds of cosmetic products (including baby products and sunscreens) and describe the ingredients in detail and their related concerns. They even have an app where you can scan product barcodes and see the review.

#### To minimize inhaling phthalates:

When painting or using other solvents, be sure the space is well ventilated and that your child is elsewhere. Choose non-vinyl shower curtains, raincoats, lawn furniture, and building materials whenever possible. Phthalates can wind up airborne and in the dust in your home. Wet mopping can help eliminate the chemical.

Avoid air fresheners. Most air fresheners (even if labeled "fragrance free") contain phthalates. Use a natural air refresher instead. You can even make your own simply by adding a few drops of a pure essential oil to a spray bottle of water.



Champions for Children

# Mary Sanchez

Congratulations to Mary Sanchez, our July Champion for Children.

Mary has been an unwavering, dedicated caregiver to a soon-to-be 21 year old girl who has been in her care since nearly birth. The child in her care was born with severe debilitating medical issues that has left her nonverbal and immobile, requiring tremendous care with a multitude of varying appointments. Prior to turning 18, Mary agreed to become her conservator, remaining staunchly committed to making all the decisions necessary.



ahead and making adjustments for almost every situation, or in some cases letting go of certain events. Is someone's backyard wheelchair accessible, or does a particular park have a wheelchair ramp are just two of the questions persistently on her mind.

But no matter how chaotic situations may feel in the moment or how little sleep she gets, Mary lights up when thinking about the life she has been able to give to the young people in her care. "When I see them smile at me or when they want to hug me, it makes every day worth it," says Mary. "For whatever reason, this is my purpose. This child was placed with me for

a reason, and I'd like to believe that I've given her a chance for a better life, a good life."

Mary became a resource parent unexpectedly when a baby girl weighing 1 pound, 4 ounces at birth came into her life by chance. Her fiancée at the time was named the father of this baby girl, and asked Mary to help care of her. The baby girl spent the first 6 months of her life in the hospital, followed by a foster home where Mary watched the girl every weekend. One weekend when Mary went to pick up the child for their usual weekend get-away, the foster mom begged Mary to take her for good. "Here was this little girl that I would get to spoil on the weekends but give her back during the week. I found myself packing her belongings, crying, because I wasn't sure if I was ready," describes Mary. "But I knew I had to try, because if I didn't I would regret it."

Mary advises other parents to take it slow, breathe in, and give yourself a moment. "Don't worry about the unknown. Don't be afraid of what you don't know because eventually it all falls into place. Every now and then when you're feeling overwhelmed, take a walk. Bring the baby for a walk. Don't get down on yourself when you think you're not adjusting well, because you will. I'm still making it through even 20 years later."

Mary is now a parent to three children, and continues to assure all of their needs are met and each family members in her household is attended to. One of the biggest challenges she learned to navigate was anticipating the needs of her daughter with special needs. It requires constant planning

With the utmost pleasure, San Francisco Family and Children's Services along with the Parenting for Permanency College, proudly celebrates Mary for all of the care and commitment she provides to the young people in her home. The work that she completes each day doesn't go unnoticed and we appreciate all that she does for those around her. Congratulations to Mary, our July Champions for Children!

## K.I.D.S.

Published bimonthly for San Francisco County foster parents, resource families, NREFMs and kin care providers. To suggest a topic, submit an article, promote an event, or provide feedback, email Sharon.Walchak@sfgov.org.

### Editorial Staff

Editors: Agnes Balla and Sharon Walchak  
Amabel Baxley, Kimberlee Pitters, Casey Schutte

City and County of San Francisco/Family & Children Services  
PO Box 7988 • 170 Otis Street, San Francisco, CA 94120

Newsletter Website: <https://sfcaresforkids.org/kids-newsletter/>

### Helpful Phone Numbers

HSA Operator	(415) 557-5000
CPS Child Abuse Hotline	(800) 856-5553 or (415) 558-2650
Foster Care Ombudsman	(415) 558-2828
Transportation Duty Line	(415) 557-5376
Licensing/RFA/Recruitment Hotline	(415) 558-2200
Free Foster Parenting Respite Service	(415) 861-4060 x 3035
Community Services	211
Non-emergency Government Services	311

FCS Agency Directory: [www.sfhsa.org/174.htm](http://www.sfhsa.org/174.htm)

## Alternative Family Services-PPC Training

RFA Pre-Service Approval Training	
English RFA Pre-Service Training	July 10-17, 2021 (Saturdays) 9 a.m.-4:45 p.m.
English RFA Pre-Service Training	August 3-12, 2021 (Tues/Thurs) 5-9:15 p.m.
<b>Spanish RFA Pre-Service Training</b>	<b>July 24-31, 2021 (Saturdays) 9 a.m.-4:45 p.m.</b>
SA/HIV Training	
SA/HIV Series (English)	August 24-Sept. 21, 2021 (Tues/Thurs) 5-9:15 p.m., including Aug. 18, 2021 (Saturday) 9 a.m.-5:15 p.m.
Ongoing Training	
<b>Other RFA Ongoing Training Resources:</b> (Reminder: Approved Resource Families are required to complete 8 hours of training yearly) <b>Foster Parent College:</b> <a href="http://www.fosterparentcollege.com">http://www.fosterparentcollege.com</a> <b>QPI California-Just In Time Training:</b> <a href="http://www.qpicalifornia.org">http://www.qpicalifornia.org</a> <b>Mandated Reporter Training:</b> <a href="https://mandatedreporterca.com">https://mandatedreporterca.com</a>	
To register for training please contact Alternative Family Services (AFS)-PPC Training @ <a href="mailto:ppc@afs4kids.org">ppc@afs4kids.org</a> or contact your RFA Worker. All training is through Zoom until further notice.	

## Resource Parent Meetings and Support Groups

### Resource Family Meetings:

For more information about Resource Family meetings/training and events please visit <https://foster-sf.org/information/training-schedule/> or contact Arlene Hylton at [Arlene.hylton@sfgov.org](mailto:Arlene.hylton@sfgov.org) or 451-557-5067.

### Caregiver Quarterly Meeting - Quarterly (6 p.m.-8 p.m.)

1st. Tuesday of each Quarter - July 6, 2021

### Resource Family Convening -Bi-monthly (5 p.m.-7 p.m.)

2rd Wednesday of EVERY OTHER month

### Quality Parenting Initiative Meeting (QPI)

4th Thursday of Month (11 a.m. - 12:30 p.m.)

July 22, 2021 & August 26, 2021

### Support Groups:

Resource Family Support Groups (SA/HIV) (7:30 to 9:30 p.m.)  
 3rd Tuesday (English) and 3rd Thursday (Spanish) of each month, 7:30 to 9:30 pm unless otherwise announced. To attend SA/HIV Support Group, please contact Sharon Walchak at (510) 282-4658.  
 English: July 20, 2021 & August 17, 2021  
 Spanish: July 15, 2021 & August 19, 2021

### COFFEE WITH CAREGIVERS

Coffee with Caregivers Supports Relative, Non-Relative, Adoptive and Guardianship Caregivers  
 Grab your favorite drink, snack, and join us during the following virtual meetings occur Friday's from 1:30PM -2:30PM please Email Nichole at [narnold@cacaregivers.org](mailto:narnold@cacaregivers.org) to register.

## Education Corner

It may feel like the school year just ended, but the start of the 2021-22 school year is fast approaching! Here are a few things to consider, as we get closer to the first day of school:

- Do you know if your school-age child is enrolled in school, and in which school?
- Do you know if your child's school is offering different options for learning (hybrid, in-person, etc.), and if so, what your child will be doing?
- If your child is going in person, is there a transportation plan for them to get to school?
- Have you talked to your child about the return to school, prepared them for what may be different this year, and given them a chance to discuss any of their fears or concerns?

Please keep in mind that the child's education rights holder must approve any enrollment decisions. If you have any questions about who holds education rights for a child, you can contact the Protective Services Worker for that information. If you have any education-related questions, including over the summer, you can always reach out to FCS's education liaison, Gloria Anthony Oliver, at [gloria.anthony-oliver@sfgov.org](mailto:gloria.anthony-oliver@sfgov.org) or 415-636-2224

Do you live in SF and have a private space that can be turned into a bedroom? You can help a young adult (18-24) pursue their education and employment goals! Our friends at the SF LGBT Center are recruiting community members in the city to host youth who need a safe place to stay while finding stable housing. Be one of 10-15 volunteers this year! For more information email [hosthomes@sfcenter.org](mailto:hosthomes@sfcenter.org) or call/text 415-852-2059.

# Exposición a los ftalatos

## Cómo reducir los riesgos para su familia

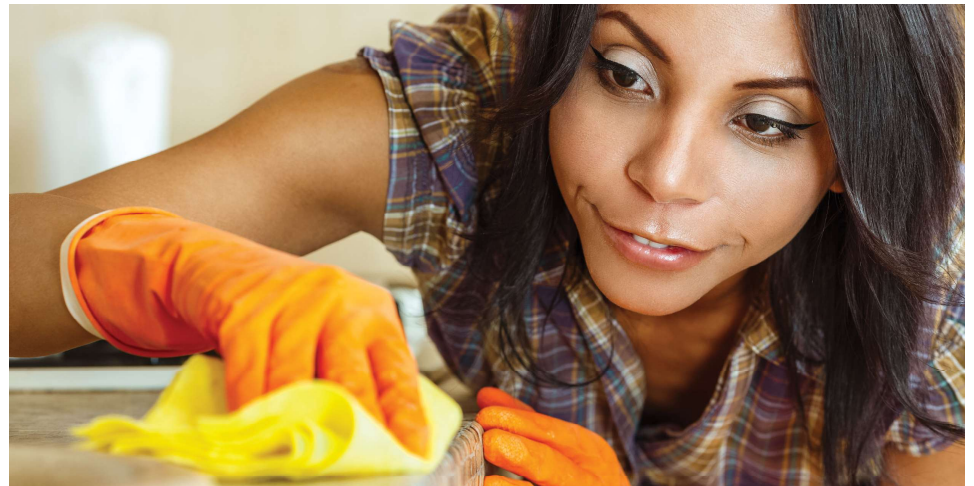
Aunque usted no se dé cuenta, su familia sufre de una alta probabilidad de toparse con ftalatos en su vida diaria. Estos químicos se encuentran en muchos plásticos incluyendo los empaquetados de alimentos y pueden transferirse a los productos alimenticios durante su procesamiento. También están presentes en productos del cuidado personal tal y como los champús, jabones, detergentes de ropa y hasta en los pisos de vinilo en muchos hogares.

Los ftalatos han estado en boca de los noticieros después que un grupo de científicos destacaron que estos químicos deben tener mejor regulación por parte federal. A pesar de las pruebas que demuestran los daños que pueden causar estos químicos, la mayor parte de la regulación presente en los Estados Unidos está centrada en los ftalatos en juguetes de niños. Un movimiento reciente por parte de Annie's, una marca de alimentos perteneciente a General Mills, promueve la eliminación de ftalatos de los empaquetados y de la maquinaria que se utiliza para el procesamiento del macarrón con queso, ellos sugieren que se deben establecer reglas más estrictas.

### ¿Qué son los ftalatos y cómo se utilizan?

Los ftalatos son químicos ampliamente utilizados desde los años '50 para ablandar plásticos que de otra manera serían quebradizos y se agrietarían al doblarlos. Debido a que los ftalatos no están químicamente ligados a los plásticos que los contienen, constantemente se desprenden hacia el aire, la comida, o líquidos. (¿Alguna vez se ha dado cuenta de cómo el plástico se endurece con el tiempo? Es debido a que los ftalatos se han desprendido.)

Los ftalatos están en muchos productos. En productos del cuidado personal se utilizan para ayudar a lubricar otras sustancias, se utilizan en las lociones para penetrar y suavizar la piel, también se utilizan en fragancias para que perduren. Se utilizan en juguetes,



electrónicos, productos para el cuidado de los automóviles, insecticidas, y en muchos productos para el hogar, tales y como los pegamentos, envoltorios de plástico, contenedores de plástico, pisos, muebles, y las cortinas de ducha.

Los ftalatos se utilizan en los empaquetados de comida y en artículos para el procesamiento de los alimentos tal y como las cintas transportadoras, los tubos de plástico que se utilizan para líquidos, y hasta en guantes que se utilizan para preparar los alimentos. Cuando dicha maquinaria contiene ftalatos y llega a tener contacto con la comida, éstos terminan en artículos alimenticios. En particular, los alimentos altos en grasas pueden absorber ftalatos por medio de la exposición durante su procesamiento.

### ¿Cómo entran los ftalatos a nuestro organismo?

**Ingestión.** Cuando un bebé juega o muerde un objeto que contiene plastificantes (por ejemplo, los mordedores, juguetes para apretar, o un libro para la ducha), al final de cuentas los químicos pueden entrar al organismo del bebé. Debido a que los bebés normalmente ingresan todo a la boca, son especialmente vulnerables a ingerir ftalatos.

Los niños mayores también ingieren plastificantes cuando juegan con artículos que contienen ftalatos y después se meten las manos a la boca.

Nosotros también ingerimos plastificantes al comer alimentos que han sido contaminados mediante sus empaquetados o al tomar bebidas de botellas plásticas que han desprendido químicos hacia los alimentos o líquidos.

**Absorción:** los ftalatos están presentes en muchos productos cosméticos y con aromas, por ejemplo, en los desodorantes, los esmaltes de uñas (para la prevención del desprendimiento del esmalte), en fijadores del cabello (para la prevención de rigidez), en perfumes, lociones, cremas, polvos (incluyendo lociones, cremas y polvos para bebés). Los químicos en estos productos pueden absorberse mediante la piel e ingresar al flujo sanguíneo.

**Inhalación:** los ftalatos pueden inhalarse mediante el polvo o vapores de cualquier producto que contenga vinilo, por ejemplo, el piso de vinilo, asientos de vinilo (en automóviles, por ejemplo), y en algunos tapetes para cambiar pañales. La producción

## Requisitos de capacitación, inicial y anual

Como padre de apoyo acreditado y certificado, cada proveedor de cuidado dentro del hogar deberá completar con éxito cursos de capacitación. Esto incluye el completar los requisitos de capacitación inicial, al igual que los cursos de capacitación anuales.

Según las directivas escritas de RFA, cada padre de apoyo deberá completar un mínimo de 12 horas previas a la certificación, al igual que completar 8 horas de capacitación cada año. Esto significa que los padres de apoyo deberán completar sus cursos de capacitación antes de que un niño pueda asignarse a su hogar. Además, los padres deben completar 8 horas cursos de capacitación cada año, y así su licencia permanecerá vigente. Los padres deben tomar cursos que sean correspondientes a las edades y las necesidades de sus niños. Los padres de apoyo deben recordar guardar copias de sus certificados de primeros auxilios y resucitación cardiopulmonar.

Los Servicios para Niños y Familias proporcionan cursos de primeros auxilios y RCP de manera rutinaria. Sin embargo, los padres de apoyo pueden tomar cursos de otras organizaciones incluyendo la Cruz Roja Estadounidense (American Red Cross), Asociación Estadounidense del Corazón (American Heart Association), algún programa de capacitación aprobado por la Autoridad Estatal de Servicios Médicos de Urgencia o un curso proporcionado por un colegio o universidad acreditada.

Si tiene alguna pregunta en cuanto los requisitos, dónde tomar un curso, los horarios de los entrenamientos, ¡asegúrese de contactar a su trabajador de RFA!

### Sección 11-19: Capacitación anual y demás

(a) Cada padre de apoyo deberá presentar copias al condado de los certificados que verifiquen que completó los entrenamientos de Resucitación cardiopulmonar (RCP) y de Primeros auxilios, en un lapso de 90 días después de su aprobación como padres de apoyo.

(b) Cada padre de apoyo deberá completar un mínimo de 8 horas de entrenamientos cada año, en conformidad a la sección 8-01.

(c) Cada padre de apoyo deberá completar entrenamientos correspondientes y especializados en las edades y necesidades del niño o dependiente mayor de edad que esté bajo su cuidado, al igual que cualquier otro entrenamiento que el condado considere necesaria.

de dichos humos mediante estos productos se le llama, “off-gassing” (emisión de gases).

### ¿Los ftalatos son dañinos?

Los ftalatos pueden alterar el sistema endocrino, las glándulas que liberan hormonas, los mensajeros químicos del cuerpo. Esto puede afectar el desarrollo del cerebro, la producción de hormonas, y el funcionamiento tiroideo. Exactamente qué tan dañinos son los ftalatos continúa en debate entre los científicos. En la actualidad, los estudios están enfocados en examinar si los ftalatos, influyen o no en la llegada de la pubertad o si aumentan el riesgo de la obesidad infantil. Los científicos también están estudiando posibles vínculos entre los ftalatos y el asma.

### ¿Cómo mantener a mi familia

**segura?** Algunos pequeños cambios pueden hacer una gran diferencia en cuanto a la promoción de una buena salud y en la reducción de los niveles de ftalatos en el hogar.

### Para reducir la ingestión de ftalatos:

Una modificación fácil es el cambiar todos los contenedores para alimentos y bebidas de plástico por unos de vidrio. Por ejemplo, utilice recipientes para almacenamiento de vidrio. Si no es posible lograrlo, entonces es mejor esperar que la comida se enfríe a una temperatura ambiental antes de guardarla en recipientes de plástico. Es mejor hacerlo de esta manera ya que las altas temperaturas causan que se desprendan dichos químicos. No caliente alimentos en el microondas utilizando recipientes de plástico ya que los ftalatos pueden transferirse desde el recipiente de almacenamiento a los alimentos.

Usted puede reducir la exposición a los ftalatos revisando las etiquetas para evitar utilizar productos que contengan ftalatos y comiendo menos comida procesada ya que podrían haber absorbido ftalatos durante su producción. Cuando compre alimentos, como quesos o carnes envueltas en plástico, corte una rodaja o raspe una delgada capa antes de servirla.

Cuando compre botellas de plástico, busque botellas que sean libres de ftalatos. Algunos de dichos productos están marcados como tal. Además, revise la parte inferior de las botellas de plástico y elija las que están numeradas #1, 2, 4, o 5, generalmente estas se consideran más seguras. Los plásticos numerados #3 pueden desprender ftalatos.

### Para disminuir los ftalatos absorbidos

Limite la cantidad de productos del cuidado de bebé que utiliza en su pequeño. Cuando utilice productos del cuidado de bebé, elija productos con etiquetas que digan ‘libres de ftalatos’ o libres de fragancia. Desafortunadamente, no siempre es tan fácil determinarlo desde la lista de ingredientes, ya que no se le obliga a los fabricantes enumerar los ftalatos de manera individual — puede que vengan incluidos bajo el término “fragancia”.

Usted puede visitar la base de datos de *Environmental Working Group's Skin Deep*: <https://www.ewg.org/skindeep/>. Este sitio web contiene evaluaciones de todo tipo de productos cosméticos (incluyendo productos de bebé y bloqueadores solares), también describe los ingredientes detalladamente y las preocupaciones vinculadas a ellos. Incluso tienen una aplicación móvil donde puede escanear el código de barras de un producto y ver su evaluación.

### Para disminuir los ftalatos inhalados

Cuando esté pintando o utilizando otro tipo de solvente, asegúrese que el lugar tenga buena ventilación y que sus niños estén en otro sitio. Cuando sea posible, elija cortinas, chubasqueros, muebles de jardín y materiales de construcción, sin vinilo. Los ftalatos pueden terminar en el aire y en el polvo que se encuentra en su hogar. El uso de un trapeador mojado puede ayudar a eliminar el químico.

Evite ambientadores para automóviles. La mayoría de los ambientadores (aunque vengan etiquetados como “libres de fragancia”) contienen ftalatos. Mejor utilice un aromatizante natural. Usted puede crear uno simplemente al agregar gotas de aceite esencial puro a un atomizador con agua.



**Champions for Children**

## Mary Sanchez

Felicidades a Mary Sanchez, nuestra campeona de los niños del mes de junio.

Mary ha sido una proveedora de cuidado inquebrantable y entregada a una niña que ha cuidado casi desde su nacimiento y que pronto cumplirá los 21 años. La niña bajo su cuidado nació con problemas médicos debilitantes graves que la dejaron inmóvil y sin poder hablar, lo cual requiere de un cuidado enorme y conlleva un sinnúmero de citas distintas. Mary aceptó la custodia antes de que ella cumpliera los 18, lo cual la compromete firmemente a tomar todas las decisiones necesarias.

Mary se convirtió en madre de apoyo de manera inesperada cuando una pequeña que pesó 1 libra y 4 onzas al nacer llegó a su vida por casualidad. Su prometido en aquel entonces fue nombrado el padre de esta pequeña y por lo tanto le pidió a Mary que le ayudara a cuidar de ella. Esta niña pasó sus primeros 6 meses de vida en el hospital y después en un hogar temporal donde Mary cuidaba de ella cada fin de semana. Un fin de semana mientras Mary recogía a la niña para su habitual paseo de fin de semana, la madre de apoyo le suplicó que cuidara de ella por completo. "Aquí estaba esta niña a quien mimaba durante los fines de semana, pero tenía que dejar ir entre semana. Entonces empaqué sus pertenencias mientras yo lloraba, ya que no sabía si estaba lista" describió Mary. "Lo que sabía es que al menos debería intentarlo porque al no hacerlo me arrepentiría de por vida".

En la actualidad, Mary es madre de 3 niños, se asegura de cumplir con las necesidades de cada uno mientras se encarga de cuidar de todos en el hogar. Uno de los desafíos más grandes que tuvo que aprender a sobrellevar fue el anticipar los cuidados de su niña con necesidades especiales. Esto



requiere planificación constante hacia el futuro al igual que hacer modificaciones para la mayoría de las circunstancias, en algunos casos, hasta tener que dejar pasar algunos eventos. Algunas preguntas permanecen en su mente persistentemente, ¿Su patio tendrá acceso para sillas de ruedas o un parque en particular tiene rampas para las sillas de ruedas?

Sin importar lo caótico que pueda parecer una situación en su momento o las pocas horas que logre dormir, Mary se llena de felicidad al pensar en la vida que ha podido darles a los

pequeños bajo su cuidado. Nos explica Mary, "Cuando me sonríen o cuando quieren un abrazo, eso le dá el valor a cada uno de mis días". "Por cualquier razón, este es mi propósito. Esta niña fue colocada conmigo por alguna razón, me gusta pensar que esa razón es que he logrado darle la oportunidad de vivir mejor, una vida plena."

Mary aconseja a otros padres que tomen todo con calma, inhalen, y se tomen un momento para sí mismos. "No se agobien por lo desconocido. Que no les dé miedo lo que aún no saben porque todo se solucionará a su tiempo. En ocasiones que se sienta agobiado, salga a caminar. Llévase a su bebé a caminar. Cuando considere que no se está adaptando bien, no sea tan duro con usted mismo, porque lo logrará. Yo sigo lográndolo después de 20 años".

Con el mayor placer, Los Servicios para Niños y Familias de San Francisco junto con Parenting for Permanency College celebran a Mary por todo su cuidado y compromiso que les brinda a los jóvenes en su hogar. El trabajo que hace día a día no pasa por desapercibido y apreciamos todo lo que hace para la gente que la rodea. Felicidades, Mary, nuestra campeona de los niños del mes de junio.

## K.I.D.S.

Bimensualmente publicada para padres de crianza, familias de apoyo, miembros de familia extensa no familiares, y proveedores de cuidado familiar en el condado de San Francisco. Para sugerir un tema, entregar un artículo, promocionar un evento, o hacer comentarios, mande correo electrónico a la dirección Sharon.Walchak@sfgov.org.

Personal editorial  
Editors: Agnes Balla and Sharon Walchak  
Amabel Baxley, Kimberlee Pitters

Ciudad y Condado de San Francisco/Servicios de Familia y Niños  
PO Box 7988 • 170 Otis Street, San Francisco, CA 94120  
Sitio de web del boletín informativo: <https://sfcaresforkids.org/kids-newsletter/>.

### Números telefónicos útiles:

Operadora de la Agencia de Servicios Humanos: (415) 557-5000  
Servicios de Protección Infantil, Línea Directa de Abuso Infantil: (800) 856-5553 o (415) 558-2650  
Ombudsman, Defensor del pueblo, de Orfanato: (415) 558-2828  
Línea de servicio de transporte: (415) 557-5376  
Licencia/Aprobación de Familias de Apoyo/Línea directa de reclutamiento: (415) 558-2200  
Servicio gratuito de revelo para padres de acogida: (415) 861-4060 x 3035  
Servicios de comunidad: 211  
Servicios gubernamentales (no emergencia) 311  
Directorio de agencias de cuidado de niños y servicios de familia: [www.sfhsa.org/174.htm](http://www.sfhsa.org/174.htm)

## Entrenamientos para Los Servicios de Familias Alternativas -PPC

RFA- Entrenamiento de aprobación previo al servicio	
Entrenamiento previo al servicio (inglés)	10 -17 de julio, 2021 (sábados) 9 a.m.-4:45 p.m.
Entrenamiento previo al servicio (inglés)	3-12 de agosto, 2021 (martes/jueves) 5 -9:15 p.m.
<b>Entrenamiento previo al servicio (español)</b>	<b>24 -31 de julio, 2021 (sábados) 9 a.m.-4:45 p.m.</b>
Entrenamiento SA/VIH	
Serie SA/VIH (inglés)	24 de agosto- 21 de septiembre, 2021 (martes/jueves) 5-9:15 p.m.; incluyendo 18 de agosto, 2021 (sábado) 9 a.m.-5:15 p.m.
Entrenamiento en curso	
<b>Otros recursos de entrenamientos en curso de RFA:</b> (Recordatorio: Las familias de apoyo aprobadas deben completar 8 horas de entrenamiento al año.) <b>Foster Parent College</b> <a href="http://www.fosterparentcollege.com/">http://www.fosterparentcollege.com/</a> <b>QPI California- Entrenamientos justo a tiempo</b> ('Just In Time'): <a href="http://www.qpicalifornia.or/">http://www.qpicalifornia.or/</a> <b>Entrenamiento para informante obligatorio- ('Mandated Reporter Training')</b> <a href="https://mandatedreporter.ca.com/">https://mandatedreporter.ca.com/</a>	
Para registrarse a los entrenamientos, favor de comunicarse con Los Servicios de Familias Alternativas (AFS)-entrenamientos PCC en <a href="mailto:PPC@afs4kids.org">PPC@afs4kids.org</a> o regístrese a través de su trabajador de RFA. Todos los entrenamientos se llevarán a cabo por Zoom hasta nuevo aviso.	

## Juntas y grupos de apoyo para las familias

### Juntas para las familias de apoyo:

Para obtener más información sobre las juntas/capacitaciones y eventos para las familias de apoyo, favor de visitar la página web, <https://foster-sf.org/information/training-schedule/> o comuníquese con Arlene Hylton en [Arlene.hylton@sfgov.org](mailto:Arlene.hylton@sfgov.org) o 415-557-5067.

### Junta trimestral para los proveedores de cuidado-Trimestral (6-8 p.m.) 6 de julio, 2021

### Convocatoria de familias de apoyo – Bimensuales (5-7 p.m.)

Segundo miércoles, CADA DOS MESES

### Junta- Iniciativa de la crianza de calidad (QPI)

4to jueves de cada mes (11 a.m.-12:30 p.m.)

22 de julio, 2021 y 26 de agosto, 2021

### Grupos de apoyo:

3er martes (inglés) y 3er jueves (español) de cada mes, 7:30 a 9:30 pm, a menos que se comunique lo contrario. Para asistir al grupo de apoyo SA/VIH, favor de comunicarse con Sharon Walchak en (510) 282-4658.

English: 20 de julio, 2021 y 17 de agosto, 2021

Spanish: 15 de julio, 2021 y 19 de agosto, 2021

### CAFÉ CON LOS PROVEEDORES DE CUIDADO

'Coffee with Caregivers' apoya a los proveedores de cuidado con parentesco, sin parentesco, adoptivos y de tutela. Acompáñenos con su bebida y botana favorita durante las siguientes juntas virtuales que se llevarán a cabo los viernes de 1:30PM-2:30PM. Favor de contactar a Nichole at [narnold@cacaregivers.org](mailto:narnold@cacaregivers.org) para registrarse.

## Rincón de la educación

Puede parecer que apenas terminó el año escolar, ¡Pero el inicio del año escolar 2021-2022 se aproxima rápidamente! Les presentamos algunas cosas que debe considerar conforme nos acercamos al primer día escolar: /

- ¿Usted sabe si su nin@ en edad escolar está inscrito en la escuela? ¿En qué escuela?
- ¿Usted sabe si la escuela de su nin@ ofrece diferentes opciones de aprendizaje (clases híbridas, presenciales, etc.)? Si es así, ¿Cómo asistirá su nin@?
- Si su nin@ irá a las clases presenciales, ¿Existe un plan de transportación para que llegue a la escuela?
- ¿Usted ha hablado con su nin@ sobre el regreso a clases? ¿Los ha preparado para los posibles cambios de este año? ¿Les ha dado la oportunidad de compartir sus miedos e inquietudes?

Por favor, tengan en cuenta que el titular de derechos educacionales del menor deberá aprobar cualquier decisión sobre la inscripción. Si tiene preguntas en cuanto a quién posee dichos derechos educacionales de un menor, puede contactar a su PSW para obtener esa información.

Si tiene cualquier pregunta relacionada a la educación, incluyendo cursos de verano, en cualquier momento puede contactar al enlace educativo de FCS, Gloria Anthony Oliver, en [gloria.anthony-oliver@sfgov.org](mailto:gloria.anthony-oliver@sfgov.org) o 415-636-2224.

¿Vive en SF y tiene un espacio privado disponible que pueda transformarse en una habitación? ¡Usted puede apoyar a un joven adulto (18-24) para que logre sus estudios y metas laborales! Nuestros amigos en el centro LGBT de SF están reclutando miembros de la comunidad para que sean anfitriones de jóvenes que necesitan un hogar seguro mientras encuentran un hogar estable. ¡Sea uno de los 10-15 voluntarios este año! Para más información mande un correo electrónico a [hothomes@sfccenter.org](mailto:hothomes@sfccenter.org) o llame/mande un mensaje de texto al 415-852-2059