

What is in the Soda?

Sodas are everywhere and readily available, but despite their popularity, there is growing concern about the huge impact of soda consumption on human health.

These sugary drinks are full of high levels of refined sugars, artificial additives, and empty calories, contributing health problems ranging from obesity and negative effects on our metabolism, to dental issues and increased risk of chronic health diseases. In this article we will also cover a few of the common ingredients and what they are and what research tells us about their impact on the body.

One of the main reasons behind the unhealthy nature of sodas is their high sugar content. These beverages are often loaded with sucrose, high fructose corn syrup, or other sweeteners, providing an instant and intense burst of energy.

This rapid burst of sugars can lead to a spike in blood glucose levels, triggering the release of insulin. Over time, frequent exposure to high sugar intake may contribute to insulin resistance, a key factor in the development of type 2 diabetes.

Moreover, the excessive consumption of sugary sodas has been linked to weight gain and obesity. The empty calories from these beverages do not contribute any essential nutrients to the body, but do provide the extra calories, also known as energy. The extra energy is often stored as fat, increasing the risk of obesity, which highlights soda's role in global obesity epidemic.



Beyond weight gain, the consumption of sodas is associated with an increased risk of metabolic disorders. High sugar intake has been linked to decreased "good cholesterol" also known using medical terms, High Density Lipoproteins (HDLs). HDLs help protect from elevated levels of "bad fat" circulating in the blood, which then contributes to cardiovascular diseases.

The excess sugars present in sodas may also lead to the buildup of fat in the liver, a condition known as non-alcoholic fatty liver disease, pushing further dysfunction in your metabolism. Furthermore, elevated blood pressure, a significant risk factor for heart disease, has been observed in individuals with high soda intake.

The combination of excessive sugars and the potential impact on blood pressure underscores the need for awareness

about the cardiovascular risks associated with regular soda consumption.

Sodas are not only important when it comes to internal health but also pose a severe threat to dental well-being. The high sugar content in these beverages provides a good environment for the oral bacteria to grow, leading to the making of acid that rots your teeth.

The acid that is in sodas can weaken the protective layer of teeth, which makes it more likely to cause cavities, decay, and eventual tooth loss. Additionally, the dark color and acidity of many sodas contribute to tooth staining, further compromising your teeth.

Some ingredients we will commonly find in sodas are chemicals like sodium benzoate and phosphoric acid:

Sodium Benzoate: Although not every soda has this chemical, more often seen in diet versions of the carbonated drink, Sodium benzoate is usually regarded as safe and can be used as an antibacterial and flavoring agent in food at a maximum concentration of 0.1 percent. It is also generally considered safe when used as a food preservative. The FDA considers the maximum allowable level for sodium benzoate in drinking water as 5 parts per billion (ppb). Almost all beverage products are under this number and will not pose a threat to our health.

People that are concerned about preservatives like Sodium benzoate regard it to be harmful. For example, when sodium

benzoate is coupled with vitamin C, as in some soft drinks and other liquids and subjected to high temperatures or light, the cancer-causing molecule benzene can occur.

The FDA has not released more recent product analyses, although it has maintained that the low quantities of benzene in beverages do not constitute a health risk.

Long-term research examining the link between regular low-level benzene consumption and cancer risk is currently absent, however people should be informed about what is being consumed in these beverages.

Phosphoric Acid: The phosphoric acid found in many sodas has been implicated in the breakdown of bone health. Excessive consumption of phosphoric acid can interfere with calcium absorption, leading to weakened bones and an increased risk



of bone mass and density decrease. In the long run, individuals who regularly consume sodas may face challenges in maintaining optimal bone strength, especially if their diet lacks sufficient calcium and vitamin D. Overall, the long-term consequences of soda consumption extend beyond instant health concerns. It is the effects in the long run leading to chronic health conditions. Many studies have highlighted the association between high sugar intake, insulin resistance, and the development of type 2 diabetes.

Moreover, the proactive -inflammation effects of excess sugars may contribute to chronic low-grade inflammation, which could lead to various diseases, including heart diseases and certain cancers.

In conclusion, the constant consumption of sodas poses a significant threat to public health. From the excessive sugar content contributing to obesity and metabolic disorders to the extreme effects on dental and bone health, the evidence against soda consumption is compelling.

It is important for people to be aware of the potential health risks associated with these beverages and consider making informed choices to protect their well-being. Public health campaigns, education, and policy measures can play a crucial role in reducing soda consumption and promoting healthier beverage alternatives, ultimately fostering a society that prioritizes the well-being of its individuals.

Restraining Orders Involving Children in Foster Care

A judge can issue a verbal, written, or physical restraining order to shield someone from the conduct of another. Its purpose is to shield a person from physical harm, threats, stalking, or harassment.

Emergency Protective Orders

In the context of child welfare, emergency protective orders (EPOs) are a means of protecting children when the Juvenile Court does not have jurisdiction (e.g. during an Emergency Response investigation when a petition has not yet been filed). Law Enforcement officers can request an EPO for children in immediate danger of abuse or abduction by a family member. The child's social worker may discuss the appropriateness of an EPO when working with Law Enforcement on child abuse referrals. When granted, these are extremely short-term (expires within five business days or seven calendar days). PSWs may not provide legal advice but may refer families to Family Law Court if they wish to request a more permanent restraining order.

Restraining Orders

There's a chance that a restraining order already exists when a youth enters your care. There might be restraining orders in place when a family contacts Family and Children's Services (FCS); for example, one parent might be shielded from the oth-

er. It is crucial to learn whether any restraining orders are in effect, what kind of orders they are, and how they can impact the services offered to a family.

Additionally, the Juvenile Court may issue restraining orders on behalf of involved children, caregivers, parents, legal guardians, Court Appointed Special Advocates (CASAs), current and former protective service workers (PSWs), or any other children or family members in the home, from the time a dependency petition is filed until the petition is dismissed or the dependency is terminated. The order may restrain or require the following:

- Prevent or protect contact between the restrained person and the identified persons,
- Exclude the restrained person from the identified persons home,
- Limit visitation or make an order for no visitation, or make an order for no harassment.

A restraining order or Emergency Protective Order (EPO) does not ensure the family's safety. An EPO or restraining order is not a safety plan in and of itself, even though it could be a minor part of one. An EPO or restraining order alone cannot be the foundation of an all-encompassing safety plan.

Congratulations Maria del Carmen!

We would like to congratulate Maria Del Carmen Cauch for being a Champion for Children.

Maria is a wonderful person with a gentle approach to challenging moments. She gives out a motherly energy and always willing to learn and help others. Maria was born in Mexico.

More specifically, a town called Oxkutzcab, Yucatan, where she was raised by her mother along with her five brothers.

She recalls her childhood being far from easy as her father was gone by the time she was 4 years old.

Still, focusing on the positive experiences as she also mentions receiving the love and care of her maternal grandfather.

By the age of 20, and newlywed, she arrived at the city of San Francisco where they later had four children, two boys and two girls.

Her favorite pastimes are working in her garden, cooking, and listening to good music.

Maria originally became a resource parent and completed the Spanish Infant Training Program series in



The Resource Family Approval Unit recognized her as the ideal person to support another family who was also affected by the foster care system, and she lovingly opened her doors.

Not only has she supported this child to make great leaps in development but also supports the preservation of the child's relationships with her biological family as they take the steps necessary to receive the child into their home.

Maria states that her desire to be a resource parent is her love for children, desire to protect them, and watching them learn and grow.

She enjoys seeing their smiles and seeing them take their first steps. She expressed that with pleasure would agree to continue being a resource parent as it makes her happy to continue to care for children that need it the most. Although recognizing that it is challenging to work with the system, she states that with patience and understanding this role can be successful.

Her advice to other resource families or those who are considering becoming a caregiver for a child in the foster care system is to allow love to be the guide to making a difference in a child's life.



2023. She states that it was a bit scary because she was not familiar with the system and had yet a lot to learn.

This did not prevent Maria from being an advocate and connecting families who also need support or guidance around what the system entails.

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 diana.venegas@sfdph.org.

Editorial Staff

Editors: Omar Macias, Diana Venegas and Amabel Baxley

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

Newsletter Website: <https://foster-sf.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

Alternative Family Services-PPC Training

To register for training please contact Alternative Family Services (AFS)-PPC Training @ ppc@afs4kids.org or contact your RFA Worker. If you are unsure of who your RFA worker is, please call Jose.canaverall@sfgov.org or (415)760-5741.

RFA Pre-Service Approval Training	
March Pre-Service Training (English)	Tues/Thurs - March 12, 14, 19, 21; 5:30 p.m. - 9:15 p.m. (Zoom)
March Pre-Service Training (Spanish)	March 2 and 9 (Saturdays) 9 a.m. - 4:45 p.m. (in-person)
April Pre-Service Training (English)	April 20 (Saturday) 9:00 a.m. - 4:45p.m. (in-person) April 27 (Saturday) 9:00 a.m. - 4:45p.m. (Zoom)

Ongoing Training/Advanced Training	
Advanced Training (English) Topic: CSEC Awareness 101	Tuesday, March 26: 5:30 p.m. - 8:45 p.m. (Zoom)
ABC's of Basic Baby Care (English)	Wednesday, April 17: 5:30 - 8:45 p.m. (Zoom)
Advanced Training (Spanish). Topic: TBD	Wednesday, April 30: 5:30 p.m. - 8:45 p.m. (Zoom)
SA/HIV (English)	Saturday Series - March 9 - April 6 9:00 a.m. - 4:00 p.m. (Zoom) *April 6 (in-person)
March and April CPR (English and Spanish)	*Dates and times to be determined *Contact your RFA worker

COFFEE WITH CAREGIVERS: California Alliance of Caregivers

Coffee with Caregivers Supports Relative, Non-Relative, Adoptive and Guardianship Caregivers. Grab your favorite drink, snack, and join the virtual meetings. They occur Friday is from 1:30 p.m. - 2:30 p.m.

Please email Nichole Arnold at narnold@cacaregivers.org to register.

Resource Parent Meetings and Support Groups

Resource Family Meetings:

For more information about the meetings or to be added to the distribution list to receive updates and meeting zoom link, please reach out to your RFA Worker. These meetings also give you annual training hours.

Caregiver Quarterly Meeting - 6-8 p.m. - Zoom

April 23, 2024

Quality Parenting Initiative Meeting (QPI) -

Meeting dates TBD

Support Groups: Resource Family Support Groups (SA/HIV) (6 to 8 p.m.) 3rd Tuesday (English) and 3rd Thursday (Spanish) of each month, unless otherwise announced. To attend SA/HIV Support Group, please contact Diana Venegas at (415) 713-1703.

English: March 19 & April 16, 2024

Spanish: March 21 & April 18, 2024

Other Sources for Advanced Training Hours:

Reminder: Approved Resource Families are required to complete 8 hours of training yearly. **Please make sure to submit completed training certificates to your RFA worker** for the following training.

Foster Parent College: <http://www.fosterparentcollege.com/>

QPI California-Just In Time Training: <http://www.qpicalifornia.org>

Mandated Reporter Training (English and Español): <https://mandatedreporterca.com/>

California Foster Care Ombudsperson: Foster Youth Bill of Rights and Reasonable and Prudent Parent Standard Training

— <https://fosteryouthhelp.ca.gov/trainings/>

Mandated Reporter Training (English and Español)

(<https://mandatedreporterca.com/>)

Commercial Sexual Exploitation of Children Training

All resource families caring for a child age 10 or older must complete Commercial Sexual Exploitation training. Training must be completed in the first 12 months of initial approval of a resource family. Online training websites for ongoing training are available:

• www.qpicalifornia.org/

• <https://www.fosterparentcollege.com>

• West Coast Children's Clinic- CSEctraining@westcoastcc.org (contact for current offering)

City College of San Francisco - Education and Extension

Programs: <https://bit.ly/3qLRmlG>

City College of San Francisco • Child Development & Family Studies Department

Talk Time Tuesdays — All trainings are from 10 a.m. to 1 p.m. via Zoom. To register go to <https://ccsf.edu> or for the latest Foster and Kinship Care Education Schedule of Classes, contact Brenda Wemiz at 415-452-5605.

A Better Way

A Better Way's Training Program provides hundreds of courses yearly for resource families. Courses are open to the community, with priority registration available to caregivers and professionals of children and youth in foster care. abetterwayinc.net/training-program Visit the Course Calendar for upcoming educational opportunities (NOTE: you may need to create an account to sign in https://training.abetterwayinc.net/auth/sign_in. Questions: Trainings@abetterwayinc.net.)

¿Qué contenidos tiene el refresco?

Los refrescos están en todas partes y son fáciles de conseguir. Sin embargo, a pesar de su popularidad también aumenta la preocupación sobre el enorme impacto que tiene el consumo de refresco en la salud del humano. Estas bebidas azucaradas están llenas de altos niveles de azúcares refinados, aditivos artificiales, y calorías vacías las cuales contribuyen a problemas de la salud desde obesidad e impactos negativos en nuestro metabolismo hasta problemas dentales. También contribuyen a un aumento en el riesgo de padecer de problemas de salud crónicos. En este artículo hablaremos sobre algunos de los ingredientes comunes, al igual que lo que nos dicen las investigaciones sobre el impacto que éstos tienen en nuestro cuerpo.

Una de las razones principales detrás de la naturaleza poco saludable, es su alto contenido de azúcar. Con frecuencia, estas bebidas están cargadas de sacarosas, almíbar de maíz de alta fructosa, u otros edulcorantes— los cuales proporcionan una ráfaga de energía intensa e instantánea. Esta ráfaga de azúcares puede llegar a ocasionar un incremento en los niveles de la glucosa en la sangre, desencadenando una liberación de insulina. Con el paso del tiempo, estar expuesto con frecuencia a un alto consumo de azúcar puede contribuir a una resistencia a la insulina, un factor clave en el desarrollo de la diabetes tipo 2. Además, el consumo excesivo de refrescos azucarados ha estado vinculado al aumento de peso y obesidad. Las calorías vacías que provienen de éstas no aportan al cuerpo ningún nutriente esencial, sin embargo, proporcionan calorías adicionales, también conocidas como



energía. La energía adicional con frecuencia se almacena como grasa en el cuerpo, aumentando el riesgo de desarrollar obesidad—lo cual destaca el rol del refresco en la epidemia de obesidad mundial.

Aparte del aumento de peso, el consumo de refrescos está vinculado al aumento del riesgo de desarrollar enfermedades metabólicas. El alto consumo de azúcar ha estado vinculado a una reducción del “colesterol bueno” también conocido como lipoproteínas de alta densidad (HDL, por sus siglas en inglés), en términos médicos. Los HDL también ayudan a proteger contra altos niveles de las “grasas malas” que circulan en la sangre, las cuales contribuyen a enfermedades cardiovasculares. El exceso de azúcar que contiene el refresco también puede ocasionar una acumulación de grasa en el hígado, un padecimiento que se conoce como la enfermedad del hígado graso no alcohólico. Esto contribuye aún más a la disfunción del metabolismo. Además, la presión arte-

rial elevada también es un factor de riesgo significativo en cuanto a enfermedades del corazón y se ha observado en las personas que consumen altas cantidades de refresco. La combinación de azúcar en exceso y el impacto potencial que tiene en la presión arterial destacan la necesidad de crear conciencia sobre los riesgos cardiovasculares que están vinculados al consumir refresco con regularidad.

Cuando consideramos los refrescos, no solamente es importante pensar en la salud interna pero también puede poseer una amenaza severa al bienestar dental. El alto contenido de azúcar en estas bebidas proporciona un entorno que permite que la bacteria oral crezca, después se transforma en un ácido que pudre los dientes. El ácido que se encuentra en el refresco puede debilitar la capa protectora de los dientes lo cual hace que sea más probable el desarrollo de las caries, y eventualmente la pérdida de dientes. Adicionalmente, el color oscuro y la acidez de muchos refrescos puede manchar los dientes.

Algunos ingredientes que encontramos con frecuencia en las bebidas son químicos como benzoato sódico y ácido fosfórico.

El benzoato sódico: Aunque no todos los refrescos tienen este químico, es más común que esté presente en las versiones dietéticas de bebidas carbonatadas. El benzoato sódico por lo general se considera seguro y puede utilizarse como un agente antibacteriano y saborizante en los alimentos con una concentración máxima de 0.1 por ciento. Por lo general también se considera seguro cuando se utiliza

como conservante de alimentos. La Administración de Alimentos y Medicamentos, FDA por sus siglas en inglés, considera que la cantidad máxima que se permite de benzoato sódico en el agua potable es de 5 partes por millardo (ppb, por sus siglas en inglés). Casi todos los productos para beber se encuentran debajo de este número y no presentan una amenaza para nuestra salud.

A las personas que se preocupan por los conservantes como el benzoato sódico consideran que es dañino. Por ejemplo, cuando el benzoato sódico se junta con la vitamina C (tal y como en algunos refrescos y otros líquidos) y éstos se someten a altas temperaturas o a la luz, puede que se convierta en una molécula cancerígena, benceno. La FDA no ha liberado más análisis del producto recientes, sin embargo, afirman que bajas cantidades de benceno en las bebidas no constituyen un riesgo para la salud. Investigaciones que examinan el vínculo entre el consumo de benceno en bajos niveles y el riesgo de cáncer a largo plazo, no existen. De igual manera las personas deben estar informadas sobre lo que se está consumiendo en estas bebidas.



El ácido fosfórico: El ácido fosfórico que se encuentra en muchos refrescos y se ha implicado en la deterioración de la salud ósea. El consumo excesivo de ácido fosfórico puede interferir con la absorción del calcio lo cual puede contribuir a debilidad de los huesos y también un aumento de riesgo de que disminuya la masa y densidad de los huesos. A largo plazo, las personas que consumen refresco con regularidad pueden afrontar desafíos para poder mantener la fuerza óptima en los huesos, en especial si su dieta es escasa en calcio y vitamina D.

En general, las consecuencias del consumo de refresco a largo plazo sobrepasan las preocupaciones de salud instantáneas. Los efectos a largo plazo son los que contribuyen al desarrollo de padecimientos de la salud crónicos. Muchos estudios han

destacado el vínculo entre el alto consumo de azúcar, la resistencia a la insulina, y el desarrollo de diabetes tipo 2. Además, los efectos de inflamación proactiva que proviene de azúcar en exceso pueden contribuir a la inflamación crónica de bajo grado, y esto pudiera llegar a ocasionar varias enfermedades incluyendo enfermedad del corazón y ciertos tipos de cáncer.

En conclusión, el consumo constante de refresco posee una amenaza significativa a la salud pública. Desde el contenido azucarado en exceso lo cual contribuye a la obesidad y a enfermedades metabólicas hasta efectos extremos dentales y en la salud ósea. Las pruebas contra el consumo de refresco son convincentes. Es importante que las personas estén conscientes de los potenciales riesgos de salud que están vinculados a estas bebidas y que consideren tomar decisiones informadas para poder proteger su bienestar. Campañas sobre la salud pública, la educación y medidas de las políticas pueden jugar un rol esencial en disminuir el consumo del refresco y en promover bebidas alternativas más saludables, y finalmente promover una sociedad que le dé prioridad al bienestar de su población.

Órdenes de restricción que involucran a niños bajo el sistema de cuidado de crianza

Un juez puede emitir una orden de restricción verbal, escrita, o física para proteger a alguien de la conducta de otro, su propósito es proteger a una persona de daño físico, amenazas, hostigamiento o acoso.

Las órdenes de protección de emergencia

En el contexto del bienestar infantil, las órdenes de protección de emergencia (EPO, por sus siglas en inglés) son métodos de protección para los niños cuando el tribunal infantil no tiene jurisdicción (ej. Durante una investigación de respuesta urgente cuando aún no se ha presentado una petición). Los oficiales del orden público pueden solicitar un EPO para los niños que se encuentran en peligro inmediato de sufrir abuso o secuestro por parte de algún miembro de la familia. Mientras trabajen en referencia al abuso infantil, el trabajador social del menor puede considerar si es adecuado obtener un EPO junto a las personas encargadas del cumplimiento de la ley. Cuando se otorgan, éstas son extremadamente cortas (se vencen en dentro de cinco a siete días de calendario). Los trabajadores de servicios de protección (PSW, por sus siglas en inglés), no pueden proporcionar asesoría legal pero sí pueden referir a las familias al Tribunal de Derecho familiar, si es que desean obtener una orden de restricción más permanente.

Las órdenes de restricción

Existe una probabilidad de que ya haya una orden de restricción cuando un menor se una a sus cuidados. Puede que ya haya una orden de restricción existente cuando una familia se comunique con los servicios

de familias y niños (FCS por sus siglas en inglés). Por ejemplo, puede que un padre esté protegido del otro. Es esencial averiguar si ya existe una orden de restricción vigente, qué tipo de orden es, y cómo es que puede tener un impacto en los servicios que se ofrecerán a la familia.

Adicionalmente, el tribunal juvenil puede emitir órdenes de restricción en representación de niños, proveedores de cuidado, padres y tutores legales, Defensores especiales designados por el tribunal (CASAs, por sus siglas en inglés), PSWs, ex PSWs, o cualquier otro menor o miembro de la familia en el hogar, desde el momento en el que se interponga la petición de dependencia y hasta que la petición sea desestimada o hasta que termine la dependencia. La orden puede que impida o exija lo siguiente:

- Impedir o proteger el contacto entre la persona restringida y las personas identificadas.
- Excluir la persona restringida del hogar de la persona identificada
- Limitar visitas o emitir una orden de no visitas o
- Emitir una orden que proteja ante el acoso.

Una orden de restricción o una orden de protección de emergencia (EPO, por sus siglas en inglés) no aseguran la seguridad de una familia. Un EPO y orden de restricción, no es un plan de seguridad por sí solo, aunque puede considerarse una pequeña parte de ello. Un EPO o una orden de restricción por sí sola no puede ser la base de un plan de seguridad completo.

¡Felicidades, María del Carmen!

Nos gustaría felicitar a María del Carmen Cauich por ser campeona de los niños. María es una persona maravillosa con un afrontamiento gentil ante momentos desafiantes.

Ella comparte una energía maternal y siempre está dispuesta a aprender y a ayudar a otros. María nació en México, específicamente en un pueblo llamado Oxkutzcab, Yucatán.

Ahí la crio su madre junto a sus cinco hermanos. Ella recuerda que su niñez no fue nada fácil ya que su padre ya no estaba cuando ella cumplió los 4 años. De igual manera, se enfoca en sus experiencias positivas ya que ella comparte haber recibido amor y cuidados por parte de su abuelo materno.

A la edad de 20 años, y recién casada, llegó a la ciudad de San Francisco donde después tuvieron cuatro hijos, 2 niños y 2 niñas. Sus pasatiempos favoritos incluyen la jardinería, cocinar, y escuchar buena música.

María originalmente se convirtió en madre de apoyo y completó la serie del Programa de Capacitación Infantil en español en el 2023. Ella indica que sintió poco temor ya que no estaba familiarizada con el sistema y aún tenía mucho por aprender.



afectada por el sistema de cuidado tutelar. Ella de manera muy amorosa lo hizo con brazos abiertos, no solamente ha brindado apoyo a este niño a tener un gran salto en su desarrollo sin embargo también brinda apoyo a la conservación de las relaciones de los niños con sus familias biológicas, ya que ellos toman los pasos necesarios para recibir los niños en su hogar.

María indica que su deseo de convertirse en madre de apoyo proviene de su amor por los niños, el deseo de protegerlos y verlos aprender y crecer. Ella disfruta verlos sonreír y ver cuando dan sus primeros pasitos.

Ella expresó que con mucho gusto aceptaría continuar siendo una madre de apoyo ya que le brinda mucha felicidad continuando proporcionando cuidados a niños que tanto lo necesitan.



Esto no impidió que María se convirtiera en una defensora y estableciera conexiones con familias que también necesitan de apoyo y orientación en cuanto a lo que implica el sistema. La Unidad de Aprobación de Familias de Apoyo la reconoció como la persona ideal para brindar apoyo a otra familia quien también ha sido

Ella reconoce que es desafiante trabajar con el sistema y comparte que con paciencia y comprensión este rol puede ser exitoso. Su recomendación para otras familias de apoyo o para aquellos que están considerando convertirse en proveedores de cuidado de un niño en el sistema tutelar, es de permitir que el amor sea la guía hacia crear una diferencia en la vida de los niños.

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: Omar Macias, Diana Venegas and Amabel Baxley

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

Los Servicios de Familias Alternativas - Entrenamientos PPC: Para registrarse a un entrenamiento, favor de comunicarse con Los Servicios de Familias Alternativas (AFS)- Entrenamientos PCC en ppc@afs4kids.org o comuníquese con su trabajador de RFA. Si no está seguro quién es su trabajador de RFA, favor de comunicarse con Jose.canaveral@sfgov.org o (415)760-5741.

RFA- Entrenamiento de aprobación previo al servicio	
Entrenamiento previo al servicio de marzo (inglés)	martes/jueves - marzo 12, 14, 19, 21; 5:30 p.m. - 9:15 p.m. (por Zoom)
Entrenamiento previo al servicio de marzo (español)	marzo 2 and 9 (Sábados) 9 a.m. - 4:45 p.m. (En persona)
Entrenamiento previo al servicio de abril (inglés)	abril 20 sábado - 9:00 a.m. - 4:45p.m. (En persona) abril 27 sábado - 5:30 p.m. - 9:15 p.m. (por Zoom)

Entrenamientos en curso/avanzados	
Capacitación avanzada (inglés) Tema: Conciencia CSEC 101	martes - marzo 26: 5:30 p.m. - 8:45 p.m. (por Zoom)
Capacitación avanzada (español) Tema: Está por determinarse	miércoles: abril 30 5:30 - 8:45 p.m. (por Zoom)
Resucitación cardiopulmonar marzo y abril (inglés y español)	*Fechas y horas están por determinarse *Comuníquese con su trabajador RFA
SA/VIH (inglés)	Serie del sábado marzo 9 - abril 6 9:00 a.m. - 4:00 p.m. (por Zoom) * abril 6 (en persona)
Abecedario del cuidado de los bebés (inglés)	miércoles - abril 17 5:30 p.m. - 8:45 p.m. (por Zoom)

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 1:30-2:30 p.m. Para registrarse, favor de mandar un correo electrónico a Nichole en narnold@cacaregivers.org.

Juntas y grupos de apoyo para los padres

Juntas para familias de apoyo:

Para obtener más información sobre las juntas o para que lo agreguen a la lista de distribución para recibir avisos y un enlace para la junta por zoom, por favor comuníquese con su trabajador de RFA. Estas juntas también les aportan a sus horas de capacitación anuales.

Junta trimestral para los proveedores de cuidado (6:00pm-8:00pm- por Zoom) abril 23, 2024

Junta- iniciativa de crianza de calidad (QPI)-**fechas de las juntas están por determinarse

Grupos de apoyo: Grupo de apoyo para las familias de apoyo (SA/VIH) (6:00-8:00 p.m.) 3er martes (inglés) y 3er jueves (español) de cada mes, 6 p.m.-8 p.m. a menos que se comunique lo contrario.

Para asistir a un grupo de apoyo, SA/VIH, favor de contactar a Diana Venegas en 415-713-1703.

inglés: marzo 19, abril 16; español: marzo 21, abril 18

Recursos adicionales para horas de entrenamiento avanzado:

(Recordatorio: Las familias de apoyo aprobadas deben completar 8 horas de entrenamiento al año. **Favor de asegurarse de entregar los certificados de las capacitaciones completas a su trabajador de RFA** de la siguiente capacitación).

Foster Parent College <http://www.fosterparentcollege.com/>

Entrenamientos QPI justo a tiempo ('Just In Time')

<http://www.qpicalifornia.or/>

Capacitación de informante obligatorio ('Mandated Reporter Training') en inglés y español: <https://mandatedreporter.ca.com/>

Defensoría de Crianza Temporal de California ("Foster Care Ombudsperson") - Declaración de Derechos de los jóvenes bajo

crianza temporal y La capacitación del Estándar de Padres Razonables y Prudentes ("Foster Youth Bill of Rights and Reasonable and Prudent Parent Standard Training") <https://fosteryouthhelp.ca.gov/trainings/>

Clínica infantil de la Costa Oeste: CSEctraining@westcoastcc.org

(Contáctelos para la capacitación en curso)

Capacitación sobre la explotación sexual comercial infantil

Todas las familias de apoyo que tengan bajo su cuidado a niños de 10 años o mayor deben completar el entrenamiento sobre la Explotación sexual comercial infantil. Dicha capacitación deberá completarse durante los primeros 12 meses después de su aprobación como familia de apoyo.

Colegio de la ciudad de San Francisco - Programas de Educación y extensión: <https://bit.ly/3qLRmIG>

Colegio de la ciudad de San Francisco- Departamento del desarrollo infantil y estudios familiares ('Child Development & Family Studies Department')

Martes de tiempo del habla- Todas las capacitaciones se llevarán a cabo de 10 a.m. a 1 p.m. mediante Zoom.

Para registrarse, visite <http://ccsf.edu> o para el horario de las clases de Educación del cuidado familiar y de crianza temporal más actualizado contacte a Brenda Wemiz en el 415-452-5605

A Better Way: Cada año, el programa de capacitación, A Better Way

proporciona cientos de cursos para las familias de apoyo. Los cursos

están abiertos a la comunidad. Se les hace prioridad en cuanto a la registra-

ción a los proveedores de cuidado, al igual que a los profesionales del

cuidado de tutela de niños y jóvenes. abetterwayinc.net/training-program

Visite el calendario de cursos para ver las oportunidades educati-

vas que se aproximan (tome en cuenta: Es posible que tenga que crear

una cuenta para poder iniciar sesión. https://training.abetterwayinc.net/auth/sign_in.

¿Preguntas?: Trainings@abetterwayinc.net.