

# Bright Start January Parent Education and Support Groups

*En cada grupo hay interpretación disponible en español.*

## **OT Bites: The Pincer Grasp**

**Friday, January 17 1:00-1:15 p.m.**

A pincer grasp is the ability to pick up a small object with your index finger and thumb. This typically develops between 9 and 12 months of age. So why is developing a pincer grasp important? Firstly, this skill allows babies to feed themselves independently. It also lays the foundation for a good pencil grasp as they reach school age, gives them the ability to button and zip their clothes, and paves the way for them to isolate their index finger to point at a picture/icon or object (particularly important if a child is non-verbal). Please join us as we look at different ways to help children achieve this skill.

## **OT Bites: El agarre de pinza**

**Viernes, 17 de enero 1:00-1:15 p.m.**

El agarre de pinza es la capacidad de coger un objeto pequeño con el dedo índice y el pulgar. Por lo general, esto se desarrolla entre los 9 y los 12 meses de edad. Entonces, ¿por qué es importante desarrollar el agarre de pinza? En primer lugar, esta habilidad permite a los bebés alimentarse por sí solos. También sienta las bases para un buen agarre del lápiz cuando llegan a la edad escolar, les da la capacidad de abrocharse los botones y cerrar la cremallera de la ropa y les prepara el camino para aislar el dedo índice para señalar una imagen, un icono o un objeto (especialmente importante si un niño no habla). Únase a nosotros mientras analizamos diferentes formas de ayudar a los niños a lograr esta habilidad.

Meeting ID: 889 7140 5484  
Passcode: 3DdY9A



## **Putting on Your Oxygen Mask**

**Wednesday, January 22 10:00-11:00 a.m.**

If you have ever flown on an airplane, you've heard the flight attendant say, "In case of an emergency, put on your own oxygen mask first and then put on your child's." In other words, if you don't take care of yourself, you can't take care of your child. This training will help parents to recognize the importance of self-care and develop self-care strategies, to enable them to continue being helpful to others.

### **Ponerse la máscara de oxígeno**

**Miercoles, 22 de enero 10:00-11:00 a.m.**

Si alguna vez has volado en avión, habrás escuchado a la azafata decir: "En caso de emergencia, ponte primero tu propia máscara de oxígeno y luego ponte la de tu hijo". En otras palabras, si no te cuidas a ti mismo, no podrás cuidar a tu hijo. Esta capacitación ayudará los padres a reconocer la importancia del autocuidado y desarrollar estrategias de autocuidado, para permitirles continuar siendo útiles para los de más.

Meeting ID: 949 3308 0656  
Passcode: 329853



### **Addressing Sensory Sensitivities**

**Thursday, January 23, 10:00-11:00 a.m.**

Does your child have difficulty with textures, sounds, touch, or specific noises? Are haircuts, brushing teeth, and vacuuming the floor causing tantrums and meltdowns? We will be discussing how to use specific strategies to make these sensitivities easier to tolerate on a daily basis using desensitization procedures.

### **Abordar las Sensibilidades Sensoriales**

**Jueves, 23 de enero, 10:00-11:00 a.m.**

¿Tiene su hijo dificultad con texturas, sonidos, tacto o ruidos específicos? ¿Los cortes de cabello, cepillarse los dientes y aspirar el piso están causando rabietas y crisis nerviosas? Discutiremos cómo usar estrategias específicas para hacer que estas sensibilidades sean más fáciles de tolerar diariamente usando procedimientos de desensibilización.

Meeting ID: 915 2972 3057  
Passcode: 537006



### **Consejos de Una Maestra: Creando habilidades de comunicación en la comunidad**

**Viernes, 24 de enero 1:00-1:15 p.m.**

Únase a nosotros en una sesión rápida para aprender cómo crear oportunidades para que su hijo desarrolle habilidades lingüísticas mientras está en la comunidad. Nuestro maestro compartirá consejos para ayudar a su hijo.

Meeting ID: 997 3689 6095  
Passcode: 228405

