



REAL CONNECTIONS ARE BACK

Dear Parents and Caregivers,

It's easy to send a quick text or catch up with people over social media these days, but a virtual connection is no replacement for face-to-face conversations, catching up with friends, or celebrating a tradition with family.

Your child has been participating in a classroom program from *got milk?* and the curriculum specialists at Young Minds Inspired with activities that help students connect with their classmates by talking about fun topics, family traditions, friendships, and things that make them happy.

Building Real Connections

We encourage you to ask your child what they have learned and to share their completed activity sheets with you. Continue the fun at home with these activities:

- **Share a story:** Talk about a fun or meaningful time you spent with someone. Where did you go and what did you do? What made the moment memorable? Sharing stories about your childhood can help your child make sense of their experiences. It's also a great way for them to learn about family history and the role real connections played in making it.
- **Talk about tech:** Decide as a family what steps everyone can take to limit screen time and increase family time. Ask your child how they might also put down tech to interact more with their friends. What can they do for fun that does not include tech?
- **Let's chat:** Choose a fun topic (find suggestions on the "Real Chats" activity sheet). Then set a timer for two to five minutes and talk about the topic as a family. Or have each family member write down five topics, place them in a bowl or paper bag, and select a new topic to chat about each day.
- **Real traditions:** Engage your child in brainstorming new family traditions you might try that will spark connections and conversation with immediate and distant family members and friends. Try a potluck dinner or milk-and-cookies catch up on a day that has special meaning to your family. Start a neighborhood walk group or a multi-generation book club. (Movie clubs work, too!) Or arrange to have your child chat with older family members to learn about their childhoods and to share family memories.
- **Cooking connections:** Explore recipes that can become your new family favorites. For ideas on bringing family and friends together, check out real recipes at gotmilk.com/realisback.



VUELVEN LAS CONEXIONES REALES

Estimados padres y quienes cuidan de nuestros niños y niñas:

En la actualidad, es fácil enviar un mensaje de texto rápido o ponerse al día con los demás a través de las redes sociales, pero una conexión virtual no sustituye a las conversaciones cara a cara, reunirse con amigos o celebrar una tradición con la familia.

Su hijo ha estado participando en un programa en clase de *toma leche* (*got milk?*) y de los especialistas en planes de estudio de Young Minds Inspired con actividades que ayudan a los alumnos a conectar con sus compañeros hablando de temas divertidos, tradiciones familiares, amistades y cosas que los hacen felices.

Establecer conexiones reales

Lo animamos a que pregunte a su hijo sobre lo que ha aprendido y a que comparta con usted las hojas de actividades completadas. Continúen con la diversión en casa con estas actividades:

- **Comparta una historia:** Hable sobre un momento divertido o significativo que haya vivido con alguien. ¿Adónde fue y qué hizo? ¿Qué hizo que el momento fuera memorable? Compartir historias sobre su infancia puede ayudar a su hijo a dar sentido a sus experiencias. También es una excelente manera de que aprendan sobre la historia familiar y el valor de las conexiones reales.
- **Hable de tecnología:** Decidan en familia qué medidas pueden tomar todos para reducir el tiempo frente a las pantallas y aumentar el tiempo en familia. Pregunte a su hijo cómo podría dejar de lado la tecnología para relacionarse más con sus amigos. ¿Qué pueden hacer para divertirse sin necesidad de dispositivos electrónicos?
- **Charlemos:** Elija un tema divertido (encontrará sugerencias en la hoja de actividades "Conversaciones reales"). Luego, pongan un cronómetro entre dos y cinco minutos y hablen del tema en familia. O pida a cada miembro de la familia que escriba cinco temas, los coloque en un tazón o en una bolsa de papel y elijan un tema nuevo para charlar cada día.
- **Verdaderas tradiciones:** Invite a su hijo a participar en una lluvia de ideas sobre nuevas tradiciones familiares que fortalezcan las conexiones y fomenten conversaciones con familiares y amigos cercanos y lejanos. Pruebe organizar una cena colaborativa o celebrar una reunión con leche y galletas en una fecha especial para su familia. Cree un grupo de paseo por el barrio o un club de lectura multigeneracional. Los clubes de cine también son una gran opción. También puede organizar una charla entre su hijo y familiares mayores para conocer su infancia y compartir recuerdos familiares.
- **Conexiones de cocina:** Exploren juntos recetas que pueden convertirse en las nuevas favoritas de su familia. Si quiere ideas para reunir a la familia y los amigos, visiten gotmilk.com/realisback y descubran recetas auténticas.

