

## 11zyèm Ane Family Expo The Children's Trust la Evenman ke'w pi paka rate a tounen!

Fè yon foto pou tèt ou ak "Maisy the mouse," kreye nyaj pa'w oubyen jwe foubòl avèk Miami FC: Ou menm ak pitit ou ka fè tout bagay sa yo ak plis ankò – plis, plis ankò! – nan Family Expo The Children's Trust la, k'ap fèt Samdi, 9 Septanm lan.

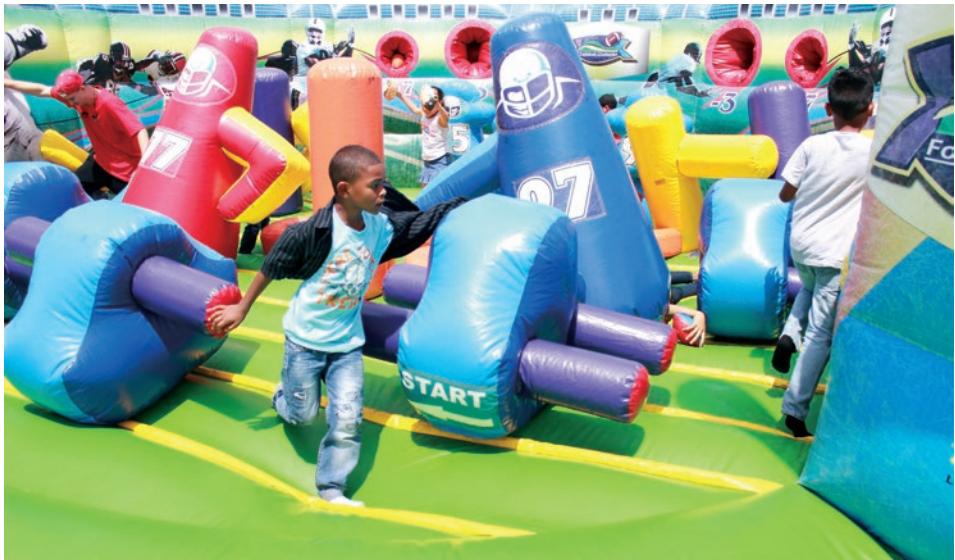
Kounye'a se 11zyèm ane li, Expo a ap fèt nan lakou Miami-Dade County Fair kote l'ap resevwa 15,000-20,000 manman, papa, moun ki konn bay swen ak timoun chak ane pou vin pran avantaj ke l'ap ofri, yon pakèt aktivite ki dire tout jounen an ki fêt pou timoun yo epi k'ap enspire yo, ansanm ak yon pakèt élèv lekòl, sante ak konsèy ki ap benefisyé fanmi yo pou amelyore lavi yo, tout sa yon sèl kote a.

"Nou vini chak ane," se sa yon manman twa pitit nan Hialeah di nan Expo Lane dènyè a. "Mwen jwenn pwogram apre-lekòl pou tout pitit mwen yo isit la, epi mwen kontan anpil pou sak lekòl yo fè kado yo."

Nou mete ansanm anpil resous òganizasyon lokal yo epi nou mete yo fasafas ak paran yo, pwogram gratis ak pakin gratis Expo a fè li fasil pou fanmi yo jwenn ki pwogram ak sèvis ke yo bezwen yo – ansanm ak sila ke yo fè espesyalman pou paran yo.

"Mwen te panse ke se te pou timoun sèlman, men mwen jwenn kèk pwogram ki bon pou mwen menm," se sa yon manman de pitit Miami di. "Se te yon bèl sipriz."

Tankou tout lane pase yo, envite Expo yo ka espere ke y'ap jwenn manm staf ki pral ba yo enfòrmasyon sou pwogram apre-lekòl ak anpil lòt pwogram k'ap benefisyé timoun yo, enskripsyon pou "pre-K" (sa vle di timoun anba senk lane ki poko pare pou lekòl), pwogram pou timoun ki bezwen atansyon espesyal, edikasyon sante ak nitrisyon, KidCare la, prevansyon aksidan ak sèvis komunitè. Lòt pwogram ke yo renmen anpil k'ap retounen tankou yon eksposisyon liv bon mache, atis ki konn fè desen sou figi epi avèk blad, gwo kay balon pou timoun ponpe ak fo mi ak wòch ki fèt ak plastik pou timoun grenpe, rakontè istwa ak janmdebwa, demonstrasyon karate ak mizik epi pèfòmans dans "bounce house" ak mi an



ròch, fè konesans anpil atis ke nou renmen wè tankou Llama Llama, Elephant & Piggie, Maisy the mouse, Pete the Cat, Geronimo Stilton ak Dora the Explorer ak SpongeBob SquarePants de Nickelodeon.

Aktivite Back-to-School Boulevard la, ki ankouraje anpil pwogram edikasyon, amelyorasyon ak byennèt ke lekòl publik Konte Miami-Dade ofri yo, ap retounen tou, ansanm ak seksyon atizan ke yo renmen anpil ke Miami Children's Museum te prezante a. Yon aktivite tou nèf pou 2017 se tiraj pou gwo prim k'ap fêt chak inèdтан; yon seksyon ki ap gen robo; yon gwo jwèt gonflab avèk Miami FC

epi Golazo; yon ekzibisyon espesyal kous avèk Homestead Speedway; epi yon enstalasyon sou plas HistoryMiami ki pral ekspoze anpil objè espesyal pou make 25yèm anivèsè sìklòn Andrew. Vizitè yo ap kapap kreye nyaj avèk koton, lakrè ak chabon; kreye imaj rada sìklòn Andrew yo; epi y'ap kapab obsèvè yon tònad nan yon boutèy.

"Nou fè Expo The Children's Trust la chak ane paske nou konnen kijan li difisil pou paran jwenn enfòrmasyon ke yo bezwen pou fanmi yo," se sa direktè komunikasyon Trust la Emily Cardenas di. "Se kado pa nou pou kominote a." 

### Sa'w Dwe Konnen Anvan Ou Ale

**Kisa:** 11zyèm ane Family Expo The Children's Trust la, yon evenman gratis, yon jounen pou aprann anpil epi ki chaje ak amizman, anpil aktivite pratik, espektak ak anpil kado pou timoun ak paran yo

**Ki Dat:** Samdi, 9 Septanm, 10 a.m. – 5 p.m.

**Ki Bò:** Miami-Dade County Fair & Expo Center, 10901 Coral Way (SW 24th Street) Miami, FL 33165; pase nan antre ki sou 109yèm ak 112zyèm avni yo

Pou plis enfòrmasyon sou Family Expo a, ak lòt detay – epi yon video sou sa'k te fèt ane pase a – ale sou [www.touttimoun.org](http://www.touttimoun.org).



# Èske Pitit Ou Timid?

## Pa enkyete'w – se yon bon bagay!

Poukisa gen timoun ki sosyal pandan genyen lòt ki trankil anpil? "Fason timoun ou reyaji ak lòt se pa yon rezulta dirèk anviwonman oubyen eksperyans, kòm anpil moun ka sipoze. Pito, tanperaman, tankou koulè je, oubyen fòm kò, jwe gwo wòl nan sa," se sa sikolojis nan edikasyon Christine Francesca di, li se otè liv *Quiet Kids: Help Your Introverted Child Succeed in an Extroverted World*.

### Endikasyon ak Sinal yo

Yon konpòtman dousman kapab se yon siy timidite, men gen lòt siy ki ka bay paran yo lide sou tanperaman timoun lan. Susan Cain, li se otè liv *Quiet Power: A Guide for Kids and Teens*, montre ke genyen sansibilite avèk gwo bri, rad ki pa konfòtab oubyen move tanperati; montre hezitasyon lè gen yon

nouvo sitiyasyon oubyen kontre ak nouvo moun; gwo konsantrasyon epi fokis sou detay; epi vize pèfeksyon. Timoun ki timid souvan se bon oditè, yo gen imajinasyon epi yo se kalite zanmi ki pa byen ak nènpòt moun.

### Bezwen Espesyal yo

Estabilite enpòtan anpil pou timoun ki timid la. Yon fondasyon solid ansanm ak yon anviwonman ki an sekirite epi ak yon fanmi ki konekte – tout sa rasire pitit ou ke li pa poukонт li – sa ap ba li plis matirite ak *otonomi*, se sa sikolojis Marti Olsen Laney eksplike, epi li se otè liv *The Hidden Gifts of the Introverted Child*. "Timoun timid la ap chèche konfò ak abitid... pou'l ka vin gen konfyans."

Limit yo enpòtan anpil tou. "Moun timid yo souvan yo enkwayab, yo gen talan, yo gen

don, yo se timoun adorab," se sa Laney di. Men volonte pou yo rete trankilman poukонт yo oubyen jwe avèk sèlman yon sèl zanmi se pa yon preferans, se yon nesesite. Timoun nan aprann kijan pou'l konekte ak dekonekte ak lòt yo, epi si ou bay li chwa pou retire kò li "sa pèmèt entimite yo," se sa Laney eksplike. "Yo bezwen gen aksè avèk panse yo, sansasyon ak pèsepson yo pou yo kapab gen yon sans ekilib."

Senpati ak sipò se kle akseswa emosyonè timoun timid la tou; yo enpòtan anpil pou kreye konfidans. Rekonèt epi sipòte santiman pitit ou sa ede yo devlope tout kapasite yo. Lè timoun nan konnen ke tanperaman timid yo a akseptab epi lòt pa'p jije li pou sa, konfidans nan tèt li ap grandi, pi devan, l'ap vin pi otonòm.

## Talan Kache

Pandan ke se tandans pou timoun yo izole tèt yo ki enkyete paran yo, timoun timid yo gen anpil bél kalite. "Si yo te ka pwofite avantaj sa yo epi aprann itilize yo nan fason pozitif, sa t'ap ede pitit ou trase lavi'l," se sa Laney di, ki pataje avantaj sa yo:

- **Yon vi enteryè ki konble.** Olye pou depann sou lòt, timoun timid yo konte sou tèt pa yo. "Yo vle konprann tout bagay epi poukisa yon bagay enpòtan. Yo pa pè gwo kestyon. Yo gen kapasite analize tèt pa yo," se sa Laney di. Youn nan avantaj ke yo genyen, yo p'ap fasil pou pran presyon ke lòt elèv lekòl yo ap bayo, paske yo kwè nan tèt yo. "Yo pran desizyon ki nan enterè tèt yo dapre abitid pa yo, yo prefere pa melanje ak gwoup," se sa Laney eksplike.
- **Yon lanmou pou aprann.** Timoun timid yo bezwen anpil enfòmasyon pou nouri sèvo yo, epi satisfè kiryozite ak enterè yo, se sa Lanye fè konnen. "Yo toujou ap konpare epi analize sa y'ap aprann fas ak reyalite pa yo." Dapre etid Gifted Development Center, 75 poustan timoun ki gen gwo nivo entèlijans yo timid. Sepandan, lè timoun timid yo pa konsome enfòmasyon nesesè pou sèvo yo, w'ap wè ke yo pa enterese – espesyalman nan klas lekòl la, kote yo ka santi yo raz oubyen ajite.
- **Yon sèvo ki kreyatif anpil.** Sòti nan resoud pwoblèm pou rive nan gwo refleksyon pase nan kreyativite atistik, fason inik timoun timid lan wè mond lan se sa ki souvan pèmèt li briye. Tout sa "pèmèt yo eksprime sa ki nan tèt yo, san yo pa bezwen pale anpil," se sa Laney di. Li konseye ankouraje kreyativite pitit ou "lè ou ba yo libète pou yo eksprime yo san ou pa kritike yo." Epi apresye refleksyon yo, "Mande yo opinyon yo." Lè ou fè sa, li ajoute, ou ka ede yo gen plis kapasite pou debloke abilité yo.

- **Yon konpòtman sosyal ki byen devlope.** Timoun timid konsyan anpil konsènan emosyon ak santiman yo, ki lakoz ke yo konprann lòt moun – se sa ekspè yo rele entelijans emosyonèl. Yo gen tandans tou pou devlope yon sans valè moral byen bonè nan vi yo, se sa Laney fè konnen, epi yo ka vin gen plis sajès nan grannoun yo. "Sante emosyonèl (ki vle di yon byennèt pozitif) enpòtan anpil, pou fonksyone youn ak lòt nan lavi," se sa Laney di. "Alòs rekonèt epi aplodi abilité pitit ou pou li eksprime santiman li."



Beryl Meyer ekri tèks sa



## Se Toujou Sila ki Trankil yo... Moun Timid ki Selèb yo

Patisipan Pri Nobèl 1921 pou Fizik yo ki te dekouvri teori relativite. Aktivis dwa sivil ki te refize bay chèz li nan bis la epi ki te devni manman "Freedom Movement" lan. Astwonomè ki te dekouvri lwa gravite yo. Kisa Albert Einstein, Rosa Parks ak Sir Isaac Newton genyen an komen? Yo tout te timid!

Moun ki timid toujou make listwa ak limanite nan anpil fason. Lidè Mahatma Gandhi, yon lòt pèsonaj ki te gen yon konpòtman trankil epi ki te toujou pwoteje entimite li, de kalite timidite, yon moun te di yon fwa, "Ak jantiyès ou, ou ka souke mond lan."

Ankouraje timoun ou an ki timid pou'l ka dekouvri pwisans ki nan pèsonalite li. Moun selèb timid sa yo kapab petèt enspire yo pou yo reyisi nan lavi yo!

Pou tout konfidans li sou podyòm, **Beyoncé** konfese ke li timid epi li pèsonèl. Li gen posibilte pou li kontwole lavi publik li: "Depi lè mwen te yon timoun timid, mwen te kapab sòti nan timidite mwen pou mwen monte sou podyòm alèz."

**J.K. Rowling** ki selèb nan fim *Harry Potter* te enspire pou kreye karaktè ti gason sòsye a pandan li ap vwayaje nan tren sòti Angletè pou rive Skotlann. Kòm li te eksplike nan konfesyon li an, li pat gen plim epi li te twò timid pou li te mande lòt moun prete youn pou li te ka ekri lide li yo, alòs yo te oblige tann ke li rive lakay li.

"Mwen ka pa timid ak moun ke mwen konnen, men ak moun ke mwen pa konnen mwen timid anpil," se sa **Lady Gaga** di. "Mwen pèsonèl anpil epi mwen fokis sou mizik mwen. Men lè mwen kontre ak moun ki gen anpil bagay an komen avèk mwen, tout bagay anfòm."

**Steven Spielberg** admèt ke li te yon solitè lè li te timoun, travay dèyè kamera te konvenab pou li. Se gwo sèvo ki te kreye gwo fim tankou *Lost World: Jurassic Park*, *Indiana Jones and the Last Crusade* epi *E.T. the Extra-Terrestrial* jwenn metòd pa li pou li kreye epi rakonte istwa li yo.

"Si ou entelijan, ou ka aprann pwofite avantaj timidite yo," se sa **Bill Gates** te di, ki sòti nan travay òdinatè nan garaj lakay pou rive kreye "Microsoft" youn nan konpay Lojisyèl teknoloji ki pi pwisan sou latè.

"Mwen se yon moun ki timid pa natí," se sa **Emma Watson** di, li se aktris nan fim *Harry Potter* epi yon diplome Inivèsite Brown. "Se pa yon chwa volontè ke mwen fè; mwen konsa natirèlman."

**Abraham Lincoln** ak **Barack Obama** tou de te gen chans sèvi kòm prezidan Etazini. Yo timid, malgre sa, yo te de lidè pwisan ki te chanje listwa.



## 1. Kreye yon stdyò pwodiksyon kiltirèl

**Lakay ou.** Mete kreyon, makè, plim koulè; penti pou figi ak bwat penti koulè transparan; papye desen ak sizo pou timoun epi lakòl; bouton avèk rès mòso twal; bagay ke ou jwenn nan lanati, tankou fèy bwa, kokiy, ti mòso wòch; epi bwat soulye vid disponib pou timoun ka itilize. Magazen dollar lokal yo ka ede'w pa depanse anpil.

## 2. Ajoute anpil dram pandan tout istwa.

Olye pou kouche ak timoun pou li liv pou yo, kanpe pèfòme pou yo itilize diferan vwa, akseswa ak "degizman" ke ou chwazi nan bifèt ou. Ou ka kreye tou yon istwa avèk bwat akseswa ke ou achete nan ti boutik lokal oubyen kay vwazen ki ap van pwodwi dezyèm men nan garaj yo. Fè timoun yo chwazi wòl yo nan istwa enpwovize ke ou kreye a.

## 3. Entwodwi yo ak nouvo vwa

**Lakay** oubyen nan machin lè ou chanje pòs radyo a oubyen jwe CD yon atis oubyen yon gwoup ke ou pa abitye jwe souvan (al vizite libreri nan zòn lan kote ou ka jwenn yon pakèt chwa gratis).

## 4. "Asiste" yon pèfòmans

lakay ou li kapab yon DVD dans balè, opera, pèfòmans mizikal oubyen teyat ke ou prete nan libreri a, gade yon video sou "YouTube" oubyen jwe yon pwogram kiltirèl avèk entènèt sou yon aparèy ki fèt pou sa.

## 5. Danse epi chante ak pitit ou Lakay ou.

Imite pa ak pawòl ke ou jwenn nan video sou entènèt yo, oubyen bay mizik prefere'w la k'ap pase sou radyo a volim epi danse. W'ap amize'w anpil epi w'ap tou pwofite fè egzèsis.

## 6. Chèche pwogram kiltirèl

apre lekòl epi pandan ete a, tankou sa The Children's Trust ap sipòte yo. Lòt kote ou ka jwenn pwogram kiltirèl bon mache oubyen gratis pou timoun ak jèn se nan Miami-Dade County Department of Cultural Affairs, ak Miami-Dade Public Library epi Miami-Dade County Department of Parks, Recreation and Open Spaces.

# Bay Timoun ou yo Bon Jan Sipò avèk Aktivite Atistik yo

## Ankouraje sans kreyativite pitit ou ka bon pou li pou tout lavi'l!

Kanta pou eksperyans lavi ak akademik, pratike aktivite kiltirèl kapab se pi bon mwayen pou rive reyisi genyen yo. Se paske timoun yo jwenn opòtinite pou yo eksprime yo avèk mwayen pèfòmans – tankou dans, dram oubyen jwe yon enstriman – oubyen aktivite atistik, tankou, desen oubyen penti, tout sa pèmèt yo amelyore nan lekòl ak nan lavi.

Etid apre etid montre ke timoun ki patisipe nan aktivite kreyatif ak atistik lekti yo, ekriti yo ak matematik yo amelyore,

yo devlope konfidans epi kwè nan tèt yo; ranfòse otonomi yo; epi ogmante konpreyansyon ak konpasyon yo.

"Elèv ki nan aktivite kiltirèl fè pi gwo nòt nan egzamen regilye yo epi gen plis chans rete lekòl jiskaske yo diplome ke lòt ki pa nan aktivite sa yo," se sa Michael Spring konfime, li se Direktè Miami-Dade County Department of Cultural Affairs. "Aktivite kreyatif oubyen kiltirèl ede moun amelyore tèt yo pandan sa ap ede nou apresyen diferans nou yo epi devlope nouvo mwayen pou nou rezoud pwoblèm nou yo. Sa yo se sansibilité ak konpetans k'ap sèvi tout moun nan tout aspè nan lavi yo."

Konsèy sa yo kapab ede pitit ou rive reyalize gwo bagay gras ak aktivite kiltirèl.

Èske w vle enskri sou entènèt pou w resevwa ti jounal sa a gratis?

Ale sou **touttimoun.org**

Bilten sa a se Children's Trust ki pwodui li kòm sèvis li mete a dispozisyon fanmi ki rete Miami-Dade County. Children's Trust se yon sous revni ki la pou fè yon travay espesyal, se elektè ki tabli fon sa a pa mwayen referandòm pou amelyore lavi timoun ak tout fanmi yo. Si w gen sijesyon ak ide istwa ou ta renmen nou pibliye, voye yo ban nou nan imel sa a: info@thechildrenstrust.org.

Ou gen kesyon sou zafè paran?

RELE  
NIMEWO  
**2-1-1**  
"THE CHILDREN'S TRUST" PATWONE SEVIS SA A

Sèvis sa a disponib 24 sou 24