



www.childhoodmatters.org

Tune in to *Childhood Matters* every Sunday from 7 to 8 AM on 98.1 KISS-FM (Bay Area) and on 105.1 KOCN-FM (Monterey) and 10 to 11 AM on 1480 KGOE-AM (Eureka). Available streaming and for download on www.childhoodmatters.org. Information, resources, and advice for parents and all who care about kids.

1-877-372-KIDS (1-877-372-5437)

July 5, 2009

Healthy Eating on A Limited Budget

Even when families are struggling to make ends meet, there are ways to ensure that children *and* parents eat good, healthy food. Nurse Rona and guests will offer suggestions to help you avoid sacrificing your health during these challenging times.

July 12, 2009

When A Child Is Angry

Anger is a normal emotion, but it can cause chaos and hurt when not understood and managed. Join Nurse Rona and guests to explore strategies you and your children can use to develop self-regulation and to manage strong feelings to help everyone in the family.

July 19, 2009

Encouraging Girls To Be Strong From the Start

We treat girls and boys differently starting at birth, from the things we buy for them to how we talk about gender. Although parents and caregivers may not intend to do it, girls are often subtly discouraged from displaying strength, smarts, and feistiness. Join in on this crucial conversation about how we raise girls, and what we can do to encourage their true individual natures. Also hear about a strong force to reckon with: the media.

July 26, 2009

Road to Recovery

If you have an urgent question, don't forget you can call 2-1-1, the resource hotline sponsored by United Way of the Bay Area.

How are you managing financially? Things are still tough for many families, and a lot of people don't know how or where to find the help that is available. Join Nurse Rona and community advocates to learn about resources that will help families meet their needs.



Nuestros Niños

www.nuestrosninos.com

Escuche *Nuestros Niños* todos los domingos de 8 a 9 de la mañana, con la Dra. Marisol, en La Kalle 100.7 FM y 105.7 FM (Área de la Bahía); Tricolor 99.5 FM, Super Estrella 107.1 FM, y José 700 AM (Monterey); y La Nuestra 89.1 FM (Norte de la Bahía). Viernes de 11 al mediodía en KWMR 90.5, 89.7 (Marin). Un programa de radio para crecer y aprender en familia.

1-866-99-NINOS (1-866-996-4667)

5 de julio de 2009

Nuestros Niños Aprenden Mientras se Divierten Jugando

Nuestros Niños Learn while Playing and Having Fun

El juego es de las principales maneras mediante las cuales los chicos desarrollan destrezas y habilidades importantes y útiles. Si cría o cuida niños, aprenda cómo aprovechar con ellos estas valiosas oportunidades de aprendizaje. Únase a la Dra. Marisol y a sus invitados escuchando y llamando, pues presentaremos conceptos y consejos prácticos para hacer del juego infantil experiencias tanto divertidas como educativas.

12 de julio de 2009

Trabajando para el Progreso Económico Familiar, ¡Por Nuestros Niños!

Working on Financial Progress for Nuestros Niños and Families!

Especialmente en estos tiempos de recesión económica, los padres de familia necesitan recursos y consejos financieros. ¿Cómo manejar mejor el presupuesto familiar? ¿Cómo poner la plata a pagar según sus prioridades? Para progresar y prosperar por el patrimonio de nuestros niños, únase a la Dra. Marisol y a expertos en finanzas. Nos acompañará el exitoso empresario **Juvenal Chávez**, presidente de los almacenes Mi Pueblo.

19 de julio de 2009

Comprendiendo y Manejando el Temperamento y Personalidad de Nuestros Niños

Understanding and Managing Nuestros Niños' Temperament and Personality

Los niños y los adultos tienen distintos temperamentos, y es provechoso aprender a sacarle partido a cada personalidad. La Dra. Marisol y la autora, educadora internacional, y especialista en temperamento **Rosa Barocio**, quienes compartirán ideas sobre cómo conocer el temperamento de nuestros niños y el nuestro, y así promover el bienestar y la crianza infantil, y la armonía familiar.

26 de julio de 2009

Nuestros Niños Pueden Comer Bien sin Arruinar el Presupuesto Familiar

Nuestros Niños Can Eat Well Without Breaking the Family Budget

Hoy en día la mayoría de nosotros tenemos presupuestos apretados, pero la salud de nuestros niños no tiene precio. ¿Cómo proveer y preparar alimentos sanos económicamente? Escuche y participe en esta plática informativa en la cual la Doctora Marisol y consultores expertos platicarán sobre nutrición de calidad a nuestro alcance.