WELCOME, SPRING!

Welcome to or welcome back to the Autism Caregiver Group newsletter! Thank you for joining us for the month of March! We have a lot of events planned for the months of March and April. Please mark them down on your calendar and take advantage of these opportunities if your schedule allows! These events are a great way to connect with members of our Caregiver Group. We hope to see you and your family at these events!

RESOURCES

As the weather is starting to get nicer, we wanted to provide a resource for parents about safety from the Organization for Autism Research. This free, downloadable PDF is great to read through and reference for any safety concerns and thinking ahead to have a plan set in place for your family.

Does your child need a summertime job? Look for summertime jobs at hireautism.org.

Is your school district's spring break coming up soon? We have compiled a list of resources about spring break and how to best support your family during this time!

Make the Most of Spring Break
Spring Break Activities
Stay-cation Spring Break
BOOKS AND ACTIVITIES

The Very Hungry Caterpillar by Eric Carle

Chrysanthemum by Kevin Henkes

Curious George Rides A Bike by H. A. Ray

Itsy Bitsy Spider Nursery Rhyme

Freeze Dance

How To Make Easy Paper SNAKE For Kids

How To Draw A Robin Bird by Art for Kids
AUTISM CAREGIVER GROUP EVENTS
ACTIVITIES AND EVENTS WE HAVE PLANNED FOR OUR COMMUNITY IN THE NEXT COUPLE OF MONTHS!

PICKY EATING EVENT
Is your child a picky-eater? Do you have questions about how your child’s sensory needs or experiences can influence their food choices (or rejections)? The NIU Autism Caregiver Group is thrilled to welcome Dr. Kim Milano, a registered dietitian and expert in food selectivity and picky eating, for an information session on tips for parents to increase their children’s consumption of fruits and vegetables. This in-person event will be held at the NIU Speech-Language-Hearing Clinic on Thursday, April 7th, from 5:00 – 6:00pm. All family members are welcome to attend. NIU Undergraduate students will provide child-friendly activities for children and siblings in a separate space within the clinic while caregivers attend the session led by Dr. Milano. To RSVP to this event, please email Allison Gladfelter at agladfelter@niu.edu. This presentation is only in English (Spanish speaking students will be available).

RAMP INFORMATION EVENT
The NIU Autism Caregiver Group is delighted to welcome Jessica Wexell from RAMP for an information session on RAMP’s unique services. RAMP is a non-profit, non-residential Center for Independent Living (CIL) that emulates the Independent Living Philosophy with a mission to build an inclusive community that encourages individuals with disabilities to reach their full potential. Over 51% of RAMP staff and board of directors are individuals with disabilities and this peer-to-peer support from RAMP staff is a key factor in the successful outcomes RAMP produces. RAMP is the only Center for Independent Living that serves Boone, DeKalb, Stephenson, and Winnebago Counties as well as the only agency providing advocacy AND independent living services for persons with disabilities which supports them in remaining independent in their own homes in the community. RAMP provides services to anyone with a disability, regardless of their disability, age, or economic status. RAMP aims to “wrap our services around each person’s needs versus trying to make them fit specific program guidelines and parameters.” If you’d like to learn more about RAMP, please join us for this in-person event at the NIU Speech-Language-Hearing Clinic on Thursday, March 24th, from 5:00 – 6:00pm. All family members are welcome to attend. NIU Undergraduate students will provide child-friendly activities for children and siblings in a separate space within the clinic while caregivers attend the session led by Jessica Wexell. To RSVP to this event, please email Allison Gladfelter at agladfelter@niu.edu. This presentation is only in English (Spanish support services will be available).

MUSIC THERAPY EVENT
Does your child enjoy music? Would you like to learn more about how music can encourage play and language development in children? The NIU Autism Caregiver Group is thrilled to host music therapist Angie Carter for a family-friendly, interactive music therapy event. This outdoor event will be held at the NIU Speech-Language-Hearing Clinic on Saturday, April 9th, from 2 – 3:30pm. All family members are welcome to attend. Families will be invited to join in the music activities with real instruments – and bring a blanket to sit on outside. After the musical session, NIU students will offer music-themed craft activities. To RSVP to this event, please email Allison Gladfelter at agladfelter@niu.edu. This event is offered in English (Spanish language supports will be available). Rain location: Inside the NIU Speech-Language-Hearing Clinic – masks required indoors.

GO.NIU.EDU/ASDCAREGIVER
CRAFT ACTIVITY

CELEBRATE THE ARRIVAL OF SPRING, AND THE VERY HUNGRY CATERPILLAR’S TRANSITION INTO A BEAUTIFUL BUTTERFLY, WITH A COLORFUL BUTTERFLY-SHAPED SUNCATCHER THAT YOU CAN HANG IN YOUR WINDOW TO WELCOME THE WARMER WEATHER!

Materials: printout of butterfly template (or create a fun shape of your own), a pencil, black construction paper or cardstock, lots of different colors of tissue paper, clear contact paper or packing tape, scissors. (hole punch and yarn if desired).

Preparation: If your child is unable to do so: cut out the outside and inside edges of the template so you are left with a thick, ½ -inch outline of a butterfly. Place the outline on top of the black paper and trace around the outline (on the outside and inside edges). Cut out the outline so you end up with a thick, ½ -inch outline of a butterfly on the thicker black paper. Cover one side of the black butterfly outline with clear contact paper or strips of clear packing tape. Trim away any tape that hangs over the outside edge of the outline. Flip your butterfly over so it is sticky-side up. If your child wishes, and you can supervise them so they are safe, let them try to cut the butterflies out. They may not be able to cut along the curved lines (that skill takes years of practice!), but encourage their desire to try a new skill and celebrate whatever shape it turns out to be...much like a caterpillar turning into a butterfly, their skills will grow and the results will become even more beautiful over time.

Process: Have your child use his or her fingers to rip small, quarter-sized pieces of different colors of tissue paper and stick them to the butterfly. Try to cover all the sticky contact paper or packing tape.

If you want, you can use a hole punch or a sharp pencil to poke a hole through the top of the butterfly and tie a length of yarn through it so you can hang the butterfly up, or you can tape it in place, against a window where it will get plenty of sunlight. (we just hung our butterfly with a piece of tape)

Extension: You can overlap the colors (as long as part of them is stuck to the contact paper or it stays on), make a pattern or design with the colored tissue paper, make a face for the butterfly, or even cut out different shapes or animals from the black paper. Admire your butterfly in the sun together! Does your butterfly make a shadow on the ground, or does it let some of the light and color come through? Do some of the colors of tissue paper make a new color where they overlap? What happens if part of the tissue paper isn’t touching the clear sticky part of the butterfly?

Why this matters: This activity helps children learn about science concepts like what makes things stick, and the difference between things that are opaque (don’t let light through/make shadows), translucent (let some light through/make colored light), and transparent (let all the light through/are clear). It also introduces the mathematical concept of symmetry (if your butterfly is exactly the same on both sides!). If your colored tissue paper overlaps, you can talk about color mixing when you hold the two colors up to the light together (red + yellow = orange, blue + yellow = green, blue + red = purple).

It gives a lot of sensory input as well: auditory (the rustling sound of the tissue paper), visual (the light pouring through the brightly colored paper), tactile (the sticky feel of the tape), and proprioceptive (ripping and tearing the tissue paper apart with their hands, and the resistance they feel from squeezing the handles of the scissors to cut through the paper and cardstock). It works on important skills like hand-eye coordination, bilateral coordination (using the right and left halves of the body together), and encourages them to cross the midline (reaching over the imaginary line down the middle of your body).

And, last but not least, this project provides a great opportunity to work together with friends or family and to share attention (ask your child to “help” you rip the tissue paper, where you each take an end of the sheet and pull it together on the count of three!). It also opens the doors to talk about what you’re doing, the colors you see, the sounds you hear, the life-cycle of a butterfly, ask why tape is so sticky, ask for help cutting or hanging the butterfly up, and to introduce new vocabulary words to your child.

Who knew your little one could learn so much from just a single art project? That’s the beauty of art...

...and the beauty of watching your child learning and growing.
BEINVENIDO A LA PRIMAVERA!

¡Bienvenido o bienvenido de nuevo al boletín de Autism Caregiver Group! ¡Gracias por acompañarnos durante el mes de marzo! Tenemos muchos eventos planeados para los meses de marzo y abril. ¡Márquelos en su calendario y aproveche estas oportunidades si su horario lo permite! Estos eventos son una excelente manera de conectarse con los miembros de nuestro grupo de cuidadores. ¡Esperamos verlos en estos eventos!

RECURSOS

¡El clima está comenzando a mejorar y queríamos proporcionar un recurso para los padres sobre la seguridad al aumentar la comunicación efectiva por Child Mind Institute! Si viaja para las vacaciones de primavera, aquí hay un recurso sobre cómo prepararse.

¿Está su hijo buscando un trabajo de verano? Busque trabajos de verano aquí en hireautism.org.

¿Se acercan las vacaciones de primavera de su distrito escolar? ¡Hemos compilado una lista de recursos sobre las vacaciones de primavera y cómo apoyar mejor a su familia durante este tiempo!

Ideas de juegos sensoriales y actividades
Ideas para actividades en familia
LIBROS Y ACTIVIDADES

La oruga muy hambrienta por Eric Carle

Chrysanthemum (Español) por Kevin Henkes

Jorge el Curioso monta la bicicleta por H. A. Ray

La Araña Chiquitita canción

Como hacer una serpiente de papel fácil

¡Brinca Y Para Ya! Bailar y hacer ejercicio

Cómo dibujar un Perro paso a paso
EVENTO DE MUSICOTERAPIA

¿Su hijo/a disfruta de la música? ¿Le gustaría aprender más sobre cómo la música puede fomentar el juego y el desarrollo del lenguaje en los niños? El NIU Autism Caregiver Group está encantado de recibir a la musicoterapeuta Angie Carter para un evento de musicoterapia interactivo para toda la familia. Este evento al aire libre se llevará a cabo en la Clínica de Habla, Lenguaje y Audición de NIU el sábado 9 de abril de 2:00 p.m. a 3:30 p.m. Todos los miembros de la familia son bienvenidos. Se invitará a las familias a unirse a las actividades musicales con instrumentos reales y trae una manta para sentarse afuera. Después de la sesión musical los estudiantes de NIU ofrecerán actividades artesanales con temas musicales. Para confirmar su asistencia a este evento, envíe un correo electrónico a Allison Gladfelter agladfelter@niu.edu. Este evento se ofrece en inglés (los estudiantes hispanohablantes estarán disponibles). En caso de lluvia, se realizará en la Clínica de Habla, Lenguaje y Audición de NIU.

GO.NIU.EDU/ASDCAREGIVER
**CRAFT ACTIVITY**

CELEBRE LA LLEGADA DE LA PRIMAVERA Y LA TRANSICIÓN DE LA ORUGA MUY HAMBRIENTA A UNA HERMOSA MARIPOSA, CON UN COLORIDO ATRAPÁSOL EN FORMA DE MARIPOSA QUE PUEDE COLGAR EN SU VENTANA PARA DAR LA BIENVENIDA AL CLIMA MÁS Cálido.

**Materiales:** Copia impresa de una plantilla de mariposa (o cree una forma divertida propia), un lápiz, papel de construcción o cartulina negra, muchos colores diferentes de papel de seda, papel de contacto transparente o cinta de embalaje, tijeras (perforadora e hilo si lo desea).

**Preparación:** Si su hijo/a no puede hacerlo: corte los bordes exterior e interior de la plantilla para que le quede un contorno grueso de 1/2 pulgada de una mariposa. Coloque el contorno encima del papel negro y trace alrededor del contorno (en los bordes exterior e interior). Recorta el contorno para que termine con un contorno grueso de 1/2 pulgada de una mariposa en el papel negro más grueso. Cubra un lado del contorno de la mariposa negra con papel de contacto transparente o tiras de cinta de embalaje transparente. Recorte cualquier cinta que cuelgue sobre el borde exterior del contorno. Vuelva su mariposa para que quede con el lado adhesivo hacia arriba. Si su hijo lo desea y usted puede supervisarlo para que esté seguro, déjelo intentar cortar las mariposas. Es posible que no sean capaces de cortar a lo largo de las líneas curvas (jase habilidad requiere años de práctica); pero fomente su deseo de probar una nueva habilidad y celebrar cualquier forma que resulte tener... al igual que una oruga que se convierte en mariposa, sus habilidades crecerán y los resultados serán aún más hermosos con el tiempo.

**Proceso:** Pídale a su hijo que use sus dedos para rasgar pequeños pedazos de papel de seda de diferentes colores, del tamaño de una moneda de veinticinco centavos, y pegarlos a la mariposa. Trate de cubrir todo el papel de contacto adhesivo o la cinta de embalaje. Si lo desea, puede usar una perforadora o un lápiz afilado para hacer un agujero en la parte superior de la mariposa y atar un trozo de hilo a través de él para poder colgar la mariposa, o puede pegarla con cinta adhesiva en su lugar, contra una ventana donde reciba mucha luz solar.

**Extensión:** Puede superponer los colores (siempre que una parte de ellos esté pegada al papel de contacto o cinta adhesiva para que permanezca), hacer un patrón o diseño con el papel de seda de colores, hacer una cara para la mariposa o incluso recortar diferentes formas o animales del papel negro. ¡Admire a su mariposa bajo el sol juntos! ¿Tu mariposa hace una sombra en el suelo o deja pasar algo de la luz y el color? ¿Algunos de los colores del papel de seda forman un nuevo color donde se superponen? ¿Qué sucede si una parte del papel de seda no toca la parte adhesiva transparente de la mariposa?

**Por qué es importante:** Esta actividad ayuda a los niños a aprender sobre conceptos científicos como qué hace que las cosas se peguen y la diferencia entre las cosas que son opacas (no dejan pasar la luz/hacen sombras), translúcidas (dejan pasar un poco de luz/hacen luces de colores) y transparente (deja pasar toda la luz/son claros). También introduce el concepto matemático de simetría (si tu mariposa es exactamente igual en ambos lados). Si su papel de seda de colores se superpone, puede hablar sobre la mezcla de colores cuando sostiene los dos colores juntos frente a la luz (rojo + amarillo = naranja, azul + amarillo = verde, azul + rojo = morado).

También proporciona mucha información sensorial: auditiva (el crujido del papel de seda), visual (la luz que se filtra a través del papel de colores brillantes), táctil (la sensación pegajosa de la cinta) y propioceptiva (rasgar y rasgar el papel), papel de seda con las manos y la resistencia que sienten al apretar los mangos de las tijeras para cortar el papel y la cartulina). Trabaja en habilidades importantes como la coordinación mano-ojo, la coordinación bilateral (usando las mitades derecha e izquierda del cuerpo juntas) y los anima a cruzar la línea media (alcanzando la línea imaginaria en la mitad de su cuerpo).

Y, por último, este proyecto proporciona una gran oportunidad para trabajar junto con amigos o familiares y compartir la atención (pidale a su hijo que lo "ayude" a rasgar el papel de seda, donde cada uno tome un extremo de la hoja y tira de él juntos a la cuenta de tres!). También abre las puertas para hablar sobre lo que está haciendo, los colores que ves, los sonidos que escuchas, el ciclo de vida de una mariposa, preguntar por qué la cinta es tan pegajosa, pedir ayuda para cortar o colgar la mariposa y para introducir nuevas palabras de vocabulario a su hijo.

¿Quién diría que su pequeño podría aprender tanto de un solo proyecto de arte? Esa es la belleza del arte y la belleza de ver a su hijo aprender y crecer.