APRIL NATIONAL CHILD ABUSE PREVENTION MONTH

Protecting Children Is Everyone's Job

We can all help protect the children in our community, even if we're not parents.
Here are 10 ways you can do your part to support families and end abuse.

1. Be a good listener. Sometimes stressed parents just need to vent their frustrations and emotions and know someone cares.
2. Remind parents to practice self-care – that it's OK to take a break and do something they enjoy.
3. Offer to babysit. Giving an overwhelmed parent a chance to get alone time is a great gift.
4. Be a compassionate bystander. For example, if a child melts down at the store, nod or smile at the parent to help lower his or her stress.
5. Donate your children's used clothing, furniture, or toys to another family. It's a way to show support and kindness.
6. Develop friendly relationships with neighbors and their kids. Start a neighborhood watch program if you don't already have one.
7. Be an active community member. Help at school, community or faith-based organizations, and other places where families and children are supported.
8. Learn to recognize signs of abuse and neglect (such as depression or fear of an adult in kids; a parent who is isolated or has difficulty controlling anger) so you can intervene.
9. Talk to friends and neighbors about child abuse and how to prevent it.
10. If you suspect abuse, report your concerns to local child protective services or police.

See Something, Say Something

Virginia Child Abuse State Hotline **1-800-552-7096**

FXBG Fredericksburg Social Services

Healthy Families Rappahannock Area

RAPPAHANNOCK AREA OFFICE ON YOUTH

Fred Nats

Take a photo with any blue pinwheels you see and tag us!

#protectVAkids #fxbgpinwheelproject #hfracares

WWW.FAMILIESFORWARDVA.ORG

Abril es el Mes Nacional de Prevención del Abuso Infantil

Proteger a los Niños es la Tarea De Todos

Todos podemos ayudar a proteger a los niños en nuestra comunidad, aunque no seamos sus padres. Estas son 10 maneras de colaborar para apoyar a las familias y terminar con el abuso.

1. Sé un buen oyente. A veces los padres que están estresados necesitan expresar sus frustraciones y emociones y saber que a alguien le importa.
2. Recordar a los padres que practiquen el cuidado personal, que está bien tomarse un tiempo y hacer algo que disfruten.
3. Ofrézcase a cuidar niños. Ofrecerle a un padre o una madre que demuestren estar sobrecargados de una oportunidad de tener tiempo para sí mismos es un gran regalo.
4. Sea un testigo compasivo. Por ejemplo, si un niño está llorando en la tienda, asienta o sonríale al padre o la madre para ayudar a reducir su estrés.
5. Done la ropa, los muebles o los juguetes usados de sus hijos a otra familia. Es una manera de demostrar su apoyo y su amabilidad.
6. Desarrolle relaciones amigables con los vecinos y sus hijos. Inicie un programa de vigilancia vecinal, si no existe uno ya.
7. Sea un miembro activo de la comunidad. Brinde ayuda en la escuela, en organizaciones comunitarias o religiosas, y en otros lugares en los cuales se brinda asistencia a las familias y los niños.
8. Aprenda a reconocer los signos de abuso y negligencia (como depresión o miedo a los adultos en los niños, un padre o una madre que se encuentra aislado o tiene dificultades para controlar sus emociones), para poder intervenir.
9. Hable con sus amigos y vecinos acerca del abuso infantil y cómo prevenirlo.
10. Si tiene sospechas de abuso, reporte sus inquietudes a los servicios locales de protección de niños o a la policía.

Si Mira Algo, Diga Algo

Línea Directa Estatal de Abuso Infantil de Virginia 1-800-552-7096

¡Tomase una foto con cualquier molino azul que usted vea y etiquétanos!

#protectVAkids #fxbgpinwheelproject #hfracares

WWW.FAMILIESFORWARDVA.ORG