

EARLY HEAD START DEL CONDADO DE LEWIS

EHS: Unidad familiar

Noviembre de 2026



Dom	Lunes	Mar	Mié	Jue	Vie	Sáb
1. Salir a dar un paseo y recoger hojas en una bolsa.	2 Haz un collage con las hojas que hayas recogido durante el paseo.	3 Juega al «cucú» o al escondite.	4 Haz pavos con las manos. (en el reverso)	5 Usa una cuchara y un vaso abierto para la comida o la cena	6 Juega a lanzarte la pelota o haz rodar una pelota.	7 Ve a la biblioteca y elige un libro para leer con tus hijos.
8 Noche de cine en familia.	9 Leed un libro juntos.	10 ***¡Venid a la noche de diversión en familia y haceos una foto familiar!***	11 Turnaos para hacer muecas ante el espejo.	12 Recita «Baa Baa Black Sheep» (mira al dorso).	13 Presentad un alimento nuevo.	14 Hacer títeres con calcetines y representar una obra de teatro o recrear un libro favorito.
15 ¡Organiza una cena en la que los niños elijan el menú!	16 Organiza una fiesta de baile en familia.	17 Utiliza el cartón de una caja para hacer una rampa. Haz rodar un cochecito o una pelota por la rampa.	18 Toca o cuéntale a tu hijo «Hey Diddle Diddle» (ver al dorso)	19 Utiliza un molde para magdalenas para clasificar objetos que haya por casa.	20 Pon unas cucharas o vasos de plástico en la bañera. Practica verter y recoger agua con ellas.	21 Corta los rollos de papel higiénico en trozos y ensártalos en un cordón de zapato.
22 Apila bloques. ¿Cuántos puedes apilar antes de que se caigan?	23 Garabatea o dibuja con lápices de colores. Practica trazos y círculos.	24 Intenta quitar las tapas de los tarros girándolas	25 Llena un batidor con pompones, deja que tu hijo que los saque.	26 Pide a cada miembro de la familia que comparta una cosa por la que se sienta agradecido.	27 Prepara una comida con las sobras y hablad de las tradiciones familiares.	28 Organiza un rato de «muestra y cuenta» con objetos que haya por casa.
29 Noche de juegos en familia	30 Haz un coche con una caja de pañuelos.					



Receta fácil de pastel de pavo (molde para tartas de 9 pulgadas) Ingredientes
Relleno:
2 tazas de pavo cocido troceado (ideal para aprovechar las sobras)
2 tazas de verduras mixtas (descongeladas si son congeladas, o una bolsa de 10-12 oz)
1 lata (10–10,5 oz) de crema de pollo, crema de champiñones o sopa de pollo y hierbas sin diluir *Opcional:*
¼ de taza de leche o caldo de pollo si el relleno parece demasiado espeso
Cobertura con Bisquick:
1 taza de mezcla para hornear Bisquick Original (o Bisquick
Heart Smart) 1 huevo
½ taza de leche



Instrucciones
Prepara el horno: Calienta el horno a **400 °F (205 °C)** (o a **375 °F** si utilizas un molde de cristal para tartas).

Mezcla el relleno: en un molde para tartas de 9 pulgadas (o en una fuente redonda para hornear), mezcla el pavo troceado, las verduras mixtas y la sopa condensada. Remueve hasta que quede bien mezclado.

Prepara la capa de Bisquick: en un bol pequeño, bate la mezcla de Bisquick, el huevo y ½ taza de leche hasta que quede una masa homogénea.

Montar y hornear: Vierte la mezcla de Bisquick de manera uniforme sobre el relleno de pavo y verduras (no lo remuevas; formará mágicamente una costra en la superficie mientras se hornea).
Hornea: Hornea durante **30 a 35 minutos**, o hasta que la superficie esté dorada y al introducir un cuchillo en el centro, este salga limpio. Deja enfriar durante 5 minutos antes de servir.

Hitos en el apilamiento según la edad



- **De 10 a 12 meses:** Es capaz de apilar un solo bloque u objeto encima de otro.
- **De 16 a 18 meses:** Es capaz de apilar unos 3 bloques formando una pequeña torre.
- **De 18 a 22 meses:** Construye una torre de 4 bloques y, posteriormente, pasa a apilar hasta 6.
- **De 23 a 26 meses:** Empieza a alinear bloques uno tras otro en una fila horizontal.

A partir de los 3 años: Participa en juegos creativos con bloques, como construir puentes, túneles y clasificar formas.



