



GUÍA DE TRANSICIÓN DE PRIMAVERA

2026



LISTOS * PREPARADOS * ¡A BRILLAR!

LISTOS * PREPARADOS * ¡A BRILLAR!

Recursos para la transición de primavera

El cambio de la primavera al verano trae muchos cambios en la rutina diaria, los horarios escolares y el acceso a servicios. Para los niños y jóvenes con discapacidades y necesidades especiales de salud (CYSHCN), este período puede ser más complicado. Cuando termina el año escolar, muchos estudiantes dejan ciertos programas o pasan a otros nuevos según su edad o grado. Esto puede interrumpir apoyos, terapias y relaciones que ya tenían.



Al mismo tiempo, algunas familias también pasan por otros cambios, como mudarse a otro vecindario o zona dentro de Washington, DC, muchas veces por razones de vivienda o dinero. Estos cambios pueden afectar el acceso a escuelas, proveedores y recursos comunitarios, creando interrupciones en la atención o el seguimiento.

Todas estas transiciones juntas (escolares, de desarrollo y del entorno) pueden aumentar el estrés tanto para los niños como para sus cuidadores. Esta guía está hecha para ayudar a las familias a manejar estos cambios, con estrategias prácticas, recursos y herramientas de planificación para que la transición al verano sea más fácil. Si necesita más apoyo, comuníquese con nosotros en AJE.

Advocates for Justice and Education, Inc.

 **(202) 678-8060**

 **info@aje-dc.org**

 **www.aje-dc.org**



ESTA GUÍA OFRECE:

- Estrategias simples para la rutina diaria
- Actividades gratuitas y accesibles en Washington, DC
- Herramientas para prepararse para el verano
- Apoyos según la edad



LISTOS * PREPARADOS * ¡A BRILLAR!

End of School Year and Summer Readiness

Recursos para la Primera Infancia (0-5 años)

Consejos para las rutinas:

- Mantenga rutinas constantes de sueño y alimentación, aunque haya más horas de luz durante el día.
- Use horarios visuales para los cambios en las actividades diarias (apoya el aprendizaje temprano)
- Incluya el juego al aire libre dentro de la rutina diaria
- Prepare a los niños para nuevos entornos (parques, campamentos, viajes)

Actividades (gratuitas y en Washington, DC):

- Hora del cuento en la biblioteca: www.dclibrary.org/attend-event
- Exploración de parques infantiles en DPR: www.dpr.dc.gov/playgrounds
- Juego sensorial al aire libre (mesas de agua, arena, caminatas en la naturaleza)
- Exhibiciones del Smithsonian para niños pequeños: www.si.edu/visit/museums

Consideraciones de accesibilidad:

- Visite los parques en horas de menor estímulo sensorial (por la mañana)
- Use audífonos con reducción de ruido en espacios públicos concurridos
- Elija actividades estructuradas y predecibles

Recursos clave en DC:

- **Intervención Temprana Strong Start: (202) 727-3665**
- **Early Stages (DCPS): (202) 698-8037**
- **Programas de la Biblioteca Pública de DC**



LISTOS * PREPARADOS * ¡A BRILLAR!

End of School Year and Summer Readiness

Recursos para la Escuela Primaria

(6-10 años)



Consejos para las rutinas:

- Mantenga la consistencia en las rutinas de la mañana y la hora de dormir
- Introduzca horarios semanales de actividades
- Empiece temprano a hablar sobre campamentos de verano
- Fomente la independencia con pequeñas responsabilidades



Actividades (gratuitas y en Washington, DC):

- Retos de lectura en bibliotecas: www.dclibrary.org/discover-summer
- Programas de deportes y artes de DPR: www.dpr.dc.gov/page/about-programs
- Diario o dibujo de primavera
- Búsquedas del tesoro en museos: www.si.edu/mobile/adventurelab
- Observación de la naturaleza en el Arboretum: www.usna.usda.gov
- Visitas al Zoológico Nacional: www.nationalzoo.si.edu/visit



Consideraciones de accesibilidad:

- Divida las actividades en bloques cortos y manejables
- Use temporizadores visuales y horarios
- Proporcione descansos tranquilos para descansar



Recursos clave en DC:

- Programas de verano de DCPS: www.dcpsstrong.com/summer
- Servicios pediátricos de Children's National: (202) 476-5000
- Servicios pediátricos de Mary's Center: (844) 796-2797
- Servicios pediátricos de Community of Hope: (202) 540-9857

LISTOS * PREPARADOS * ¡A BRILLAR!

End of School Year and Summer Readiness

Recursos para la Escuela Intermedia (11-13 años)



🌻 Consejos para las rutinas:

- Mantenga chequeos emocionales diarios
- Alternar el tiempo de pantalla con actividad física
- Introduzca herramientas de organización del tiempo
- Empiece a planificar el verano (campamentos, programas, viajes)
- Fin del año escolar y preparación para el verano

🌸 Activities (Free + DC-Based):

- Programas para adolescentes en bibliotecas: www.dclibrary.org/discover-summer-teens
- Programación para jóvenes de DPR: www.dpr.dc.gov/page/teens-programs
- Noches de cine al aire libre: www.wharfdc.com/sunsetcinema
- Eventos comunitarios para familias: www.kidfriendlydc.com
- Oportunidades de voluntariado (limpiezas comunitarias, eventos)
- Actividades para niños y adolescentes del Smithsonian: www.si.edu/kids

♿ Consideraciones de accesibilidad:

- Fomente sistemas de compañeros (peer buddy systems)
- Use horarios estructurados pero flexibles
- Dé instrucciones claras para los momentos de transición

📌 Recursos clave en DC:

- Programas de verano de DCPS: www.dcpsstrong.com/summer
- Educación Especial de DCPS: (202) 442-5400
- Línea de Ayuda DC Access: 1-888-793-4357



LISTOS * PREPARADOS * ¡A BRILLAR!

End of School Year and Summer Readiness

Recursos para la Escuela Secundaria

(14–18 años) 

Consejos para las rutinas:

- Establezca revisiones semanales del bienestar emocional
- Promueva la autogestión de horarios y responsabilidades
- Planifique metas de verano estructuradas (trabajos, pasantías, actividades de enriquecimiento)

Actividades (gratuitas y en Washington, DC):

- Programas para adolescentes en bibliotecas: www.dclibrary.org/discover-summer-teens
- Programación para jóvenes de DPR: www.dpr.dc.gov/page/teens-programs
- Programa de Empleo de Verano para Jóvenes “Marion Barry”: www.summerjobs.dc.gov/page/mbsyep
- Oportunidades de voluntariado (limpiezas comunitarias, eventos)
- Programa de preparación para la universidad: www.mindsmatterdc.org

Consideraciones de accesibilidad:

- Conecte a programas inclusivos de empleo
- Apoye el desarrollo de la autodefensa (self-advocacy)
- Ofrezca apoyo en la planificación de la transición

Recursos clave en DC:

- Apoyo de Transición Juvenil de DCPS: www.dcps.dc.gov/fytp
- Programa de Transición Juvenil de la Administración de Servicios de Rehabilitación (RSA): (202) 730-1700
- Línea de Ayuda DC Access: 1-888-793-4357



LISTOS * PREPARADOS * ¡A BRILLAR!

End of School Year and Summer Readiness

Transición a la Educación Postsecundaria (18–26 años)

Consejos para las rutinas:

- Mantenga sistemas independientes de organización del tiempo
- Planifique transiciones de atención médica y reposición de medicamentos
- Revise cambios en el seguro médico y en la elegibilidad
- Fortalezca habilidades para la vida independiente
- Fin del año escolar y preparación para el verano

Actividades (gratuitas y en Washington, DC):

- Programas para adolescentes en bibliotecas: www.dclibrary.org/discover-summer-teens
- Programación para jóvenes de DPR: www.dpr.dc.gov/page/teens-programs
- Programa de Empleo Juvenil de Verano “Marion Barry”: www.summerjobs.dc.gov/page/mbsyep
- Oportunidades de voluntariado (limpiezas comunitarias, eventos)
- Preparación para la universidad: www.si.edu/kids

Consideraciones de accesibilidad:

- Conecte con programas inclusivos de empleo
- Apoye el desarrollo de la autodefensa
- Ofrezca apoyo en la planificación de la transición



Recursos clave en DC:

- Servicios para adultos de Unity Health Care: (202) 469-4699
- Whitman-Walker Health: (202) 745-7000
- Programa de Transición Juvenil de la Administración de Servicios de Rehabilitación (RSA): (202) 730-1700
- Línea de Ayuda DC Access: 1-888-793-4357

LISTOS * PREPARADOS * ¡A BRILLAR!

Fin del año escolar y preparación para el verano

Planifique con anticipación:

- ☐ Regístrese en los campamentos de verano lo antes posible
- ☐ Confirme los planes de cuidado infantil
- ☐ Cree un horario semanal para el verano

Prepárese:

- ☐ Reúna los materiales necesarios (equipo de campamento, protector solar, botellas de agua)
- ☐ Practique las nuevas rutinas antes de que termine la escuela
- ☐ Visite con anticipación los nuevos lugares

Apoyo al bienestar:

- ☐ Hable sobre los cambios en el horario
- ☐ Establezca metas claras y defina lo que se espera
- ☐ Normalice el estrés relacionado con las transiciones

Recursos de emergencia y generales:

- **Línea de Ayuda DC Access (Salud mental 24/7): 1-888-793-4357**
- **Equipo de Crisis Móvil: (202) 673-6300**
- **Sala de Emergencias de Children's National: (202) 476-5000**
- **Línea de ayuda para violencia doméstica: (202) 737-2255**
- **Servicios para Niños y Familias (CFSA): (202) 671-7233**
- **Control de Envenenamientos: 1-800-222-1222**

