
PEN Newsletter April 2025

1 message

PEN/Parent Engagement Network <info@penbv.org>
Reply-To: PEN/Parent Engagement Network <info@penbv.org>
To: Nancy Davis <nancy.davis@penbv.org>

Tue, Apr 15, 2025 at 1:16 PM



Join us for our final events of the school year!

Spanish interpretation is available for all events

From Manager to Coach: Parenting the Early Adolescent

Kimberly Bryant, LPC, & Victoria Olson, LPC, Boulder Psychological Services

April 16

6 - 7:30 pm

YMCA, 2800 Dagny Way, Lafayette

Increase your understanding of adolescent development and how to make this important parenting shift as your child moves from Tween to Teen.

Learn more and register here:

[Manager to Coach](#)

Understanding Children's Sexuality

Blue Sky Bridge: Child Abuse Intervention and Education

April 17, 12 - 1 pm

Zoom

This skills-based training session creates the foundation for prevention by helping adults understand sexual development at each age (normal to problematic). Adults will learn how to have open conversations with children about sexuality and how to react when kids engage in sexual behaviors. For parents of preschool and elementary age youth.

Learn more and register here:

Children's Sexuality

Webinar: The Fatherhood Journey

Dan Fox, LPC, Andre Karkamaz, LPC, Anna Frost, LPC, & Erica Vaiser, LPC,
Boulder Psychological Services

April 24, 12 -1 pm

Zoom

Learn about the important role that fathers play in their children's lives and how fathers can connect more deeply and strengthen parent-child relationships.

Interested but unable to attend live? No worries. This session will be recorded. The link to the recording will be sent to those who register!

Learn more and register here:

Fatherhood Journey

PEN Profile of the Month

Meet Becky Swanstrom, PEN PAL

(Parents as Leaders in Schools)

**What do you do when you are not with PEN?**

I retired from teaching elementary school last May, and continue to substitute. I really enjoy kids. I can now be a parent volunteering at my twin boys' high schools and being a part of PEN. I also love to trail run, read, and write.

Favorite Quote:

The Past is history, the Future is a mystery, now is a gift. That is why they call it the Present.

Favorite Song:

Rocky Mountain High

What drew you to PEN?

My husband Rod and I attended PEN events even before our boys were in middle school. We always gained useful information about parenting, and enjoyed being with other parents experiencing the same parenting issues. When I retired, I knew I wanted to be involved with PEN, and reached out to Paula Nelson (program director) to become a PEN PAL.

What keeps you involved in PEN?

PEN is such a wonderful organization. I continue to attend PEN events, as well as PEN PAL meetings, to gain insights into issues that parents and teens face today. I also was privileged to host and facilitate a successful book group for parents at New Vista this year. Parents are hungry to be together and support each other with their teens.

What is your Big Hairy Aspirational Goal (BHAG) in life?

My biggest goal is to support and watch my boys become happy, healthy and kind adults. I am hoping to be able to call myself a writer. I also want to learn to play the guitar!

Other?

My husband Rod is a visual artist. We have twin 16 year old boys, Bradley and Theo. We also have a dog and a cat. Our family is busy, creative, active

and enjoy traveling together. We have a unique, touching story binding us together that I'm happy to share with others.

Resiliency

When I was growing up my dad would frequently say, "May you live in interesting times." I thought this was such an appealing idea. After all, who wouldn't want to experience interesting times? Then was I told that is actually an ancient curse!

Whether you feel it's appealing or a curse, we are definitely living in interesting times. What does this mean? Many of us are experiencing upheaval in our families, work, and other areas of our lives. At PEN, we understand this, and work every day to support parents on their journey. We do this no matter where they are at any given time.

One of our focus areas is Resiliency – in both parents and youth. This is extremely significant now. Understanding how to build and maintain resiliency in the face of uncertainty is a critical skill. We know our children model how they see their parents and other adults behaving. But we can't support them as parents and caregivers if we aren't being introspective about our own thoughts and actions. Are we modeling positive or negative behavior? Our kiddos depend on us.

PEN's mission is to support parents in raising happy, healthy youth. To do this we need all of you. When you support PEN, you support community. Please consider volunteering with us, or financially donating to help us continue this important work. For more information about us, visit www.penbv.org.

With gratitude,



Stacy Cornay, Executive Director

Listen to PEN's Parenting Well podcast!



Podcast

Join the Board!

Are you considering board service? PEN has helped thousands of parents manage both the normal and challenging aspects of parenting. By removing fear, shame, blame and loneliness, the parents we work with are able to set aside expectations of perfection and meet their children where they are in their development.

As a leader in the parenting space, we appreciate the guidance and expertise that our community members bring to our organization. If you'd like to learn more with no obligation, please fill out this form:

Board interest

We rely on your donations! Please consider donating so we can keep supporting families with essential programming.

Donate

¡Acompañenos en nuestros últimos eventos del año escolar!

Habrá interpretación al español en todos los eventos

Para solicitar la traducción, envíe un correo electrónico a
events@penbv.org

De director a entrenador: La crianza de los primeros años de la adolescencia

Jan Hittelman, PhD, Kimberly Bryant, LPC, & Victoria Olson, LPC, Boulder Psychological Services

April 16, 6 - 7:30 pm

YMCA, 2800 Dagny Way, Lafayette

Aumente sus conocimientos sobre el desarrollo de los adolescentes y sobre cómo llevar a cabo este importante cambio en la crianza de su hijo a medida que pasa de la preadolescencia a la adolescencia.

Aprenda más y regístrate aquí:

Director a entrenador

Comprender la sexualidad infantil

Blue Sky Bridge: Intervención y educación sobre el abuso infantil

Abril 17, 12 - 1 pm

Zoom

Esta sesión de formación basada en habilidades crea las bases para la prevención ayudando a los adultos a comprender el desarrollo sexual en cada edad (de normal a problemático). Los adultos aprenderán cómo mantener conversaciones abiertas con los niños sobre sexualidad y cómo reaccionar cuando los niños tienen comportamientos sexuales. Para adultos de niños en edad preescolar y primaria.

Aprenda más y regístrate aquí:

La sexualidad infantil

Webinar: El viaje de la paternidad

Dan Fox, LPC, Andre Karkamaz, LPC, Anna Frost, LPC, & Erica Vaiser, LPC, Boulder Psychological Services

Abril 24, 12 - 1 pm

Zoom

Conozca el importante papel que desempeñan los padres en la vida de sus hijos y cómo pueden conectar más profundamente y fortalecer las relaciones paterno-filiales.

Aprenda más y regístrate aquí:

Paternidad

Perfil del mes de PEN

¡Conozca a Becky Swanstrom, PEN PAL!

(Los padres como líderes en las escuelas)



¿Qué hace cuando no está con PEN?

Me retiré de la enseñanza primaria el pasado mes de mayo, y sigo sustituyendo. Realmente disfruto de los niños. Ahora puedo ser una madre voluntaria en las escuelas secundarias de mis hijos gemelos y ser parte de PEN. También me encanta correr, leer y escribir.

Cita favorita:

El pasado es historia, el futuro es un misterio, ahora es un regalo. Por eso lo llaman el Presente.

¿Qué le atrajo de PEN?

Mi marido Rod y yo asistimos a los actos de PEN incluso antes de que nuestros hijos fueran a la escuela secundaria. Siempre obtuvimos información útil sobre la crianza de los hijos y disfrutamos estando con otros padres que experimentaban los mismos problemas de crianza. Cuando me

jubilé, supe que quería participar en PEN y me puse en contacto con Paula Nelson (directora del programa) para convertirme en una PEN PAL.

¿Qué le mantiene involucrado en PEN?

PEN es una organización maravillosa. Sigo asistiendo a los eventos de PEN, así como a las reuniones de PEN PAL, para conocer mejor los problemas a los que se enfrentan los padres y los adolescentes hoy en día. También tuve el privilegio de organizar y facilitar un exitoso grupo de lectura para padres en New Vista este año. Los padres están hambrientos de estar juntos y apoyarse mutuamente con sus adolescentes.

¿Cuál es su gran objetivo en la vida?

Mi mayor objetivo es apoyar y ver a mis hijos convertirse en adultos felices, sanos y amables. Espero poder llamarme a mí misma escritora. También quiero aprender a tocar la guitarra.

¿Otros?

Mi marido Rod es artista plástico. Tenemos dos gemelos de 16 años, Bradley y Theo. También tenemos un perro y un gato. Nuestra familia es ocupada, creativa, activa y disfrutamos viajando juntos. Tenemos una historia única y conmovedora que nos une y que estoy encantada de compartir con los demás.

Resiliencia

Cuando era pequeña, mi padre solía decir: “Que vivas tiempos interesantes”. Me parecía una idea muy atractiva. Después de todo, ¿quién no querría vivir tiempos interesantes? Luego me dijeron que en realidad era una antigua maldición.

Tanto si te parece atractiva como si es una maldición, lo cierto es que vivimos tiempos interesantes. ¿Qué significa esto? Muchos de nosotros estamos experimentando trastornos en nuestras familias, trabajo y otras áreas de nuestras vidas. En PEN lo entendemos y trabajamos cada día para apoyar a los padres en su camino. Lo hacemos independientemente de dónde se encuentren en cada momento.

Una de nuestras áreas de interés es la resiliencia, tanto de los padres como de los jóvenes. Esto es extremadamente importante ahora. Comprender cómo construir y mantener la resiliencia frente a la incertidumbre es una habilidad crítica. Sabemos que nuestros hijos son un modelo de cómo ven

comportarse a sus padres y a otros adultos. Pero no podemos apoyarles como padres y cuidadores si no somos introspectivos acerca de nuestros propios pensamientos y acciones.

¿Estamos modelando un comportamiento positivo o negativo? Nuestros hijos dependen de nosotros.

La misión de PEN es ayudar a los padres a criar jóvenes felices y sanos. Para ello, os necesitamos a todos. Cuando apoyas a PEN, apoyas a la comunidad.

Por favor, considere ser voluntario con nosotros, o hacer una donación económica para ayudarnos a continuar con este importante trabajo. Para más información sobre nosotros, visite www.penbv.org.

Con gratitud,



Stacy Cornay, Directora Ejecutiva

¡Escucha el podcast de **PEN PARENTING WELL** podcast!



¡Únete a la Junta Directiva!

¿Está considerando la posibilidad de prestar servicios a la junta? PEN ha ayudado a miles de padres a gestionar los aspectos normales y difíciles de la crianza de sus hijos. Al eliminar el miedo, la vergüenza, la culpa y la soledad, los padres con los que trabajamos son capaces de dejar a un lado las

expectativas de perfección y conocer a sus hijos allí donde se encuentran en su desarrollo.

Como líderes en el espacio de la crianza, apreciamos la orientación y la experiencia que los miembros de nuestra comunidad aportan a nuestra organización. Si desea obtener más información sin compromiso, rellene este formulario:

Interes de la junta

Dependemos en sus donaciones. Por favor, considere la posibilidad de donar para que podamos seguir apoyando a las familias con la programación esencial.

Donar

Parent Engagement Network

555 Burbank, Unit M

Broomfield, CO 80020

parentengagementnetwork.org



This email was sent to nancy.davis@penbv.org. [Click here to unsubscribe.](#)