



EL Headliner Head Start de L.B.J. & C.

En esta edición:

Hacer la Transición de Head Start al Sistema de Escuelas Públicas 1

Consejos para padres 3

10 cosas que usted puede hacer para tener un matrimonio saludable 2

Abuso y negligencia infantil 4



L.B.J. & C. Head Start
1150 Chocolate Drive
Cookeville, TN 38501

Primavera de
2017

Hacer la Transición de Head Start al Sistema de Escuelas Públicas

La transición de un entorno a otro a veces puede ser una experiencia difícil. Hacer la transición puede ser un tiempo inquietante para los padres y los niños. Para ayudar a aliviar la tensión causada por la transición de Head Start a kindergarten, ofrecemos un manual de transición como una herramienta que puede ser utilizada como un recurso.

Gran parte de la información y los formularios de muestra incluidos en este manual fueron presentados por el Programa Título I del condado (una parte del Departamento de Educación). El material se puede utilizar para familiarizarse con el sistema escolar público y para ayudar a equipar a la persona con la información básica necesaria para promover el éxito a medida que usted y su hijo ingresan en un nuevo ambiente educativo.

Déle a su hijo un "Head Start" real en el kindergarten comunicándose con la escuela a la que asistirá su hijo (a) y haga arreglos para asistir a la preinscripción. El pre-registro ayudará a hacer que el primer día de escuela vaya mucho más suave para usted y su niño.

Doce maneras en que los padres pueden ayudar a su hijo con la transición

- Mantenga a su hijo bien descansado. Una hora de acostarse regular y un montón de sueño son necesarios para que un niño esté alerta y atento.
- Un desayuno adecuado y sin prisas es importante. Un niño bien nutrido estará mejor capacitado para hacer un buen trabajo en la escuela.
- Asegúrese de que su hijo reciba un doctor y un dentista adecuados para asegurarse de que ningún problema médico impedirá que su hijo obtenga la mejor educación posible.

- Intente dar a su niño muchas experiencias variadas. Lleve a su hijo a viajes y señale las cosas interesantes que su hijo puede ver. Esto le enseñará a su niño nuevas palabras y significados.
- Lea cuentos a su hijo. Un niño al que se le ha leído suele estar más dispuesto a leer.
- Compre sus libros para niños cuando pueda pagarlos o realice un viaje a su biblioteca pública regularmente. La lectura es una de las maneras más fáciles de aumentar la preparación escolar. Cuando lee a su hijo, está construyendo vocabulario, lenguaje y habilidades de alfabetización mientras mejora la concentración, la curiosidad y la memoria.
- Dale a tu hijo tantas oportunidades para estar con otros niños de la misma edad para que tu hijo aprenda a trabajar y jugar cooperativamente con ellos.
- Dé a su niño responsabilidades que él / ella es capaz de tomar. Su hijo obtendrá satisfacción de sus éxitos.
- Trabaje con el maestro de su hijo. Mostrar un interés real en lo que su hijo hace en la escuela; La actitud de los padres suele ser la actitud del niño.
- Cuando su hijo traiga el trabajo escolar en casa, por favor discuta con él / ella y elogie sus logros. Si su hijo tiene problemas, necesita reforzar lo que el maestro le ha pedido que trabaje.
- Mantenga a su hijo en la escuela regularmente. Cada vez que un niño está ausente, su hijo pierde terreno.
- Recuerde NO comparar a su hijo con otros niños. Su hijo es un individuo con su propia personalidad que progresará a su propio ritmo.

10 cosas que usted puede hacer para tener un matrimonio saludable

Se necesita trabajo para tener un matrimonio saludable, pero es posible. Al igual que la buena nutrición y el ejercicio regular puede ayudarle a tener un cuerpo sano, hay cosas que usted puede hacer para tener un matrimonio saludable.

Aquí hay 10 consejos que puede utilizar para fortalecer su matrimonio:

1. **Pasen tiempo juntos.** Los compañeros casados necesitan tiempo entre sí para poder crecer juntos. Planifique regularmente las noches programadas y las actividades de fin de semana. Si una escapada no es inmediatamente posible hacer una meta que va a trabajar hacia. Al pasar tiempo con su pareja, usted comprenderá mejor sus diferencias y cómo negociar los problemas que pueden causar. Olvídense de la discusión "calidad vs. cantidad": los matrimonios saludables necesitan tanto.
2. **Aprenda a negociar el conflicto.** El conflicto es una parte normal de una relación. Hay un punto sin embargo cuando puede aumentar en intensidad y llegar a ser emocional ya veces físicamente inseguro. Elaborar los problemas en una relación comienza con la comprensión de cuáles son sus problemas y cómo discutirlos. Hay muchos recursos disponibles para ayudarle a aprender cómo lidiar con el conflicto. El uso de estos recursos puede ayudar mucho a preservar la seguridad de usted y su pareja.
3. **Mostrar respeto por los demás en todo momento.** Cuando una pareja no se respeta a menudo se deslizan en hábitos negativos. Las investigaciones demuestran que nada puede dañar una relación más rápido que las críticas y los insultos. Tratar a su pareja como le gustaría ser tratado hará mucho para fortalecer el vínculo entre usted. Pagar a su pareja un cumplido es una manera rápida y fácil de mostrarles respeto. Cuando se sienta tentado a quejarse a alguien acerca de uno de los defectos de su pareja, pregúntese cómo se sentiría si le hicieran eso.
4. **Aprende sobre ti mismo primero.** Hacer un punto para trabajar en el descubrimiento de uno mismo. Muchos socios establecen relaciones sin saber lo suficiente sobre sí mismos. Como resultado, también pueden tener dificultades para aprender acerca de sus parejas. Aprender acerca de ti mismo mejor equipar a crecer como un individuo y un socio. Independientemente de cuánto tiempo hayas estado juntos, siempre hay más cosas que puedes aprender sobre él o ella. ¿Cuáles son sus sueños para el futuro? ¿Cuál es su peor miedo? ¿Cuál es la mejor manera de dar o recibir amor? Imagina la intimidad y el vínculo que compartirás durante toda tu vida juntos si te comprometes a descubrir cosas nuevas unas sobre otras!
5. **Explora Intimidad.** La intimidad conyugal puede abrir su relación a un nuevo nivel de disfrute y cercanía. Sin embargo, es importante recordar que la intimidad no siempre significa la sexualidad. Un aspecto a menudo olvidado de la intimidad es el tipo emocional. Un ejemplo de intimidad emocional es crear un espacio seguro para que tu pareja comparta sus emociones sin temor a que seas crítico o hagas caso de ellas. Aprenda la diferencia entre intimidad emocional y física y cuando cada uno es el más apropiado. Ofrecer a su pareja un tipo cuando realmente necesitan el otro puede crear problemas en su relación.
6. **Explorar los intereses comunes.** Las parejas prosperan cuando comparten intereses similares. Eso no significa necesariamente que cada socio disfrute de todas las actividades, pero abre la oportunidad para una mayor participación y compromiso. Hacer las cosas por separado no es malo, pero los intereses comunes son importantes para los matrimonios saludables. Un interés común puede ser cocinar o comer nuevos alimentos juntos, ir a pasear o jugar a las cartas. El objetivo es tener algo fuera de su familia que ambos disfruten.
7. **Crear una conexión espiritual.** Muchas parejas se acercan cuando comparten alguna forma de conexión espiritual. Esto se puede hacer de muchas maneras diferentes. Por ejemplo, se puede lograr a través de una afiliación con una iglesia, sinagoga o mezquita, a través de la meditación o simplemente pasar tiempo en la naturaleza o conversación íntima.
8. **Mejore sus habilidades de comunicación.** La capacidad de hablar y escuchar el uno al otro es una clave para un matrimonio saludable. Nunca debe suponer que su pareja sabe lo que está pensando o sintiendo. Dígale a su cónyuge lo que está sucediendo -y como cónyuge, sé cuándo simplemente escuchar. Aprender a escuchar realmente a su pareja es una habilidad que puede requerir práctica. Hay muchos recursos disponibles como libros, talleres de educación matrimonial y cursos en línea. Todas estas opciones pueden ayudar a las parejas a aprender a comunicarse más eficazmente.
9. **Perdonense el uno al otro.** Si él o ella no lo ha hecho, su pareja va a hacer algo que le duele, frustra o le molesta. Adivina qué, vas a hacer lo mismo! A veces puede ser incluso a propósito después de una discusión o un malentendido. El perdón es una virtud difícil pero importante en un matrimonio, especialmente porque nadie es perfecto. Trate de permitir que su pareja algún espacio para cometer algunos errores porque también va a hacer algunos de los suyos. Cuando comete un error, actúe rápidamente para disculparse y arreglar los problemas. Hacerlo ayudará a alentar el perdón ya fortalecer su matrimonio.
10. **Busque lo mejor entre sí.** Cuando conoció a su pareja, se enamoró de algunas de sus maravillosas cualidades. Sin embargo, con el tiempo, su visión de esas cualidades puede haber cambiado. Por ejemplo, él pudo haber sido realmente bueno en ahorrar el dinero cuando usted se encontró. ¡Ahora solo piensas que es barato! Dar a cada uno el beneficio de la duda y crear una lista de todas las cosas que usted ama sobre su socio. ¡Te ayudará a enamorarte de nuevo!

Gracias a David Jones, un educador de vida familiar certificado y autor de una variedad de herramientas de relación para padres, por contribuir a esta hoja de consejos.

Exención de responsabilidad: Estos consejos están diseñados para ayudar a las parejas a mejorar sus relaciones, pero no se supone que sustituyan la ayuda y el asesoramiento profesional.

Fuente: Centro Nacional de Recursos para el Matrimonio Saludable



HEY, PARENTS!



La primavera está en el aire y en su cocina en PBS KIDS-

Es fácil para los niños (y los padres!) Ver las matemáticas como una actividad aislada. Podrían pensar en ello como solo contar, o agregar, o algo que hacen durante 40 minutos al día en la escuela. Pero si queremos que los niños piensen como matemáticos, necesitamos tomar las matemáticas de la página y en el mundo real.

Dondequiera que vayamos, estamos rodeados de matemáticas. Aquí hay un ejemplo - la cocina!
Mientras cocinas. . .

Demuestre a los niños lo que son las tazas, las cucharillas y las cucharadas. Deje que le ayuden a medir los ingredientes.

Deje que tire el número correcto de huevos del cartón o llene la taza de medir a la línea correcta.

Pídales que mezclen la masa 15 veces y cuenten con ellos mientras lo hacen.

Ayúdeles a establecer el temporizador y mostrarles cómo cuenta atrás.

Poner el horno a la temperatura adecuada y ver cómo los números suben. Hablar de lo que significa "grados".

Déjelos calcular cuánto pedazo de pan usted necesita hacer tres sándwiches para el almuerzo.

Enséñeles a leer una receta y, a medida que envejecen, hablan de cómo "doblar" o "reducir a la mitad" una receta.

Pídales que estimen cuántos crepes o galletas hará el bateador.



Powered by a Ready To Learn Grant

The contents of this ad were developed under a grant from the Department of Education. However, those contents do not necessarily represent the policy of the Department of Education, and you should not assume endorsement by the Federal Government. [PR/Award No.U295A100025, CFDA No. 84.295A]

L.B.J. & C. Head Start
1150 Chocolate Drive
Cookeville, TN 38501

Teléfono: (931) 528-3361
Fax: (931) 528-2409
Email: information@lbjc.org
url: www.lbjc.org



Destinatarios:

Familias de Head Start
Miembros del Consejo de Política de Head Start
Miembros de la Junta Directiva
Personal de Head Start
Miembros del Comité Asesor de Head Start
Socios Head Start

¿Está interesado en obtener su GED? Póngase en contacto con su Representante T / TA en su centro local. Las oportunidades de educación continua están disponibles. ¿Universidad? ¡Empezar hoy!! Nunca es demasiado tarde para aprender.



"Cuanto más leas, más cosas sabrás. Cuanto más aprendes, más lugares vas a ir." - Dr. Seuss

Abuso y negligencia infantil

La División de Servicios de Protección Infantil trata de proteger a los niños cuyas vidas o salud podrían ser gravemente heridas por abuso o negligencia. También hacemos todo lo posible por preservar las familias.

¿Qué es el abuso infantil?

Según la Ley TN (TCA § 37-1-102), "Abuso" existe cuando una persona menor de dieciocho (18) padece, ha sufrido, o puede estar en peligro inmediato de sufrir o sostener una herida, lesión, Discapacidad o condición física o mental causada por brutalidad, negligencia u otras acciones o inacciones de un padre, pariente, tutor o cuidador. El abuso puede ser físico, verbal, emocional o sexual.

Abuso Físico significa cualquier momento que un padre o cuidador daña o hiere a un niño a propósito. También incluye a un padre o cuidador que no protege a un niño de una persona que está lesionando. El abuso físico puede dañar gravemente o incluso matar a un niño.

Negligencia física significa poner a un niño en grave riesgo de sufrir lesiones o enfermedades al no cuidar adecuadamente de su seguridad, salud y supervivencia. Ejemplos incluyen:

- Abandono
- Falta de supervisión
- Higiene física que pone en peligro la vida
- Falta de nutrición adecuada, para que el niño no crezca normalmente
- Falta de vivienda
- Ignorar las necesidades médicas o dentales, poniendo en peligro la salud del niño

- No satisfacer las necesidades básicas de un niño

En su forma más severa, la negligencia física puede resultar en un daño grave del niño o la muerte.

Abuso sexual significa tocar o penetrar las partes íntimas de un niño, el sexo oral con un niño, la exposición indecente o cualquier otro acto sexual realizado en la presencia del niño por placer sexual. También incluye el uso de un niño para la prostitución y / o la fabricación de pornografía infantil. Un padre o cuidador que no intenta proteger a un niño o detener el abuso sexual de otra persona también está involucrado en el abuso sexual infantil.

El abuso emocional incluye agresiones verbales (insultos y / o gritos), ignorando a un niño y luchando constantemente en la familia. Si un niño es avergonzado y humillado lo suficiente, comenzará a estar a la altura de la pobre imagen comunicada por el padre o cuidador abusador.

El abuso infantil puede ocurrir en cualquier lugar: en hogares pobres, de clase media o bien acomodados, en áreas rurales o urbanas.

¿Quién debe denunciar un abuso?

De acuerdo con la ley de Tennessee, cualquier persona que sospeche abuso infantil o negligencia (incluyendo médicos, profesionales de salud mental, proveedores de cuidado de niños, dentistas, familiares y amigos) debe reportar casos sospechosos. La falta de denuncia de abuso o negligencia infantil es una violación de la ley. **Si usted cree que un niño ha sido abusado o descuidado, llame al 877-237-0004 para reportarlo.**

Fuente: www.kidcentraltn.com

L.B.J. & C. Head Start

Siempre Para Los Niños Y Las Familias

Ahora tomando aplicaciones!

Todos los niños son elegibles para aplicar. Sirviendo niños de 3 y 4 años incluyendo niños con discapacidades. ¡Trabajar con las familias para prepararse para el Kindergarten! ¡Los niños participan en actividades educativas diariamente! Dos comidas nutricionales de estilo familiar y merienda de la tarde diariamente.

Disclaimer: Every effort has been made to reproduce the information as accurately as possible using Google online translation software.

Descargo de responsabilidad: Se hace todo lo posible para reproducir la información con la mayor precisión posible a través de Google en línea de traducción de software.

L.B.J. & C. Head Start es una Agencia de Propósito Limitado que sirve a Clay, Cumberland, Dekalb, Fentress, Jackson, Macon, Overton, Pickett, Putnam, Smith, Warren y White Counties. La participación de los padres no se requiere como condición para la inscripción de sus hijos. La participación es voluntaria. Sin embargo, Head Start necesita la información de los padres en todos los aspectos del programa Head Start. Financiado por el Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos, Administración para Niños y Familias. L.B.J. & C. Development Corporation es una agencia de igualdad de oportunidades. La agencia no discrimina por razones que no son de mérito como raza, color, religión, sexo, origen nacional, edad, estado civil, afiliación política, preferencia sexual o individuos calificados con discapacidades mentales y físicas. The 504 / ADA / Título VI Persona de contacto: Barbara Pendergrass (931) 528-3361. Para reimpresiones de este boletín, contáctenos al (931) 528 - 3361, envíenos un correo electrónico a information@lbjc.org, o FAX nosotros al (931) 528 - 2409.