L.B.J. & C. Head Start Headliner Edición de Invierno de 2021

En esta edición:

Pagos de impacto económico

Cálmate yoga para niñas

Receta de chocolate caliente

Envenenamiento por plomo

Asistencia alimentaria P-EBT

Mi hijo muestra signos de covid-19

Pagos de impacto económico

El IRS comenzó a emitir pagos de impacto económico en abril. Guarde el aviso que recibió sobre su Pago de Impacto Económico con sus registros de impuestos de 2020. Estos avisos se envían por correo a la última dirección conocida de cada destinatario dentro de los 15 días posteriores a la realización del pago. Cualquier persona que no reciba un pago este año, incluidos aquellos que normalmente no están obligados a presentar una declaración de impuestos federales, deberán esperar hasta 2021 y reclamarlo como crédito en su declaración de impuestos federales sobre la renta de 2020.

Aún puede ser elegible para recibir un pago en 2021 si:

1

No se registró en línea, por correo y no recibió un pago en 2020 o, Recibió un pago, pero no era el monto total del Pago de impacto económico. El crédito máximo es \$ 1,200, o \$ 2,400 si es casado que presenta una declaración conjunta, más \$ 500 por cada hijo calificado.

Entonces:

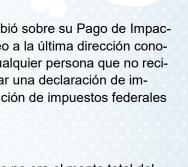
Cuando presenta un Formulario 1040 o 1040SR 2020, puede ser elegible para el Crédito de reembolso de recuperación. Guarde su carta del IRS - Aviso 1444 Su pago de impacto económico - con sus registros de impuestos de 2020. Necesitará el monto del pago en la carta cuando presente la solicitud en 2021.

No necesita completar ninguna información sobre el Crédito de reembolso de recuperación en su Formulario 1040 o 1040-SR de 2020 si su Pago de impacto económico en 2020 fue de \$ 1,200 (\$ 2,400 si es casado que presenta una declaración conjunta para 2020) más \$ 500 por cada hijo calificado que tuvo en 2020 Recibió todo su reembolso de recuperación en 2020. Fuente: www.irs.gov

Cacao caliente simple para uno

- 2 cucharadas de cacao en polvo sin azúcar
- 1 a 2 cucharadas de azúcar
- Pizca de sal
- 1 taza de leche 1/4 cucharadita de extracto de vainil a

Batir el cacao, el azúcar, la sal y aproximadamente 2 cucharadas de leche en una cacerola pequeña a fuego medio-bajo hasta que el cacao y el azúcar se disuelvan. Incorpora el resto de la leche y caliéntala a fuego medio, batiendo ocasionalmente, hasta que esté caliente. Agrega la vainilla y sirve.



Atención Padres!

La asistencia alimentaria P-EBT puede Disponible para sus hijos

¿Qué es P-EBT?

La EBT pandémica (o P-EBT) brinda asistencia financiera para reemplazar las comidas escolares que se perdieron durante los meses de marzo, abril y mayo de 2020 debido al cierre de escuelas COVID-19. P-EBT se puede usar en tiendas de comestibles y para compras con otros minoristas que aceptan tarjetas EBT para comprar alimentos para sus hijos.

Cómo calificar:

Su familia puede calificar si su (s) hijo (s):

- Recibe comidas gratis oa precio reducido a través del Programa Nacional de Almuerzos Escolares O
- Asiste a una escuela de Provisión de Elegibilidad de la Comunidad que ofrece comidas gratis a todos los estudiantes.

Cómo aplicar:

Obtenga más información en www.tn.gov/humanservices

Gálmate Yoga para Niños

Usa tu fuerza atrapar olas difíciles

Yo soy amable. Estirate alto y difunde amabilidad por todos lados.

Sea valiente y valiente mientras vuela por la pista de esquí



Soy amigab

Estírate como un perro moviendo la cola.



árbol.

.childhood101.com



Envenenamiento por plomo: conozca los hechos

La intoxicación por plomo se produce al tragar o respirar plomo. Los niños menores de 6 años corren mayor riesgo. Si está embarazada, el plomo puede dañar a su bebé.

Hecho

El plomo puede causar problemas de aprendizaje y comportamiento. El envenenamiento por plomo daña el cerebro y el sistema nervioso. Es posible que algunos de los efectos del envenenamiento por plomo nunca desaparezcan.

El plomo en el cuerpo de un niño puede:

- Ralentizar el crecimiento y el desarrollo
- Dañar la audición y el habla
- Haz que sea difícil prestar atención y aprender

Una prueba de plomo es la única forma de saber si su hijo tiene intoxicación por plomo.

La mayoría de los niños que tienen intoxicación por plomo no se ven ni actúan enfermos. Pídale a su médico que le haga una prueba de plomo a su hijo.

Hecho

La mayoría de los niños se intoxican con plomo por la pintura de las casas construidas antes de 1978.

Cuando la pintura vieja se agrieta y se pela, produce un polvo peligroso. El polvo es tan pequeño que no puedes verlo. La mayoría de los niños se intoxican con plomo cuando respiran o tragan el polvo de sus manos y juguetes.

. Pruebe su hogar en busca de plomo

- Si vive en una casa construida antes de 1978, haga que un inspector de plomo con licencia la inspeccione.
- Comuníquese con su departamento de salud local. para más información.

A veces, el plomo proviene de otras cosas que no sean la pintura en su hogar, chupe como:

- Dulces, juguetes, cerámica vidriada y medicina popular fabricados en otros países.
- Trabaja como repintado automático de construcción y plomería
- Suelo y agua del grifo.
- 2. Mantenga a los niños alejados de la pintura y el polvo con plomo.
 - Utilice toallas de papel para limpiar el polvo. Asegúrese de limpiar alrededor de las ventanas.
 - Lávese las manos y los juguetes con frecuencia, especialmente antes de comer y dormir. Use agua y jabón.
 - Use papel de contacto o cinta adhesiva para cubrir la pintura descascarada o descascarada.
- 3. Renovar de forma segura
 - Las reparaciones en el hogar, como lijar o raspar la pintura, pueden generar polvo peligroso.
 - Mantenga a los niños y mujeres embarazadas alejados del área de trabajo.
 - Asegúrese de que usted y / o los trabajadores estén capacitados en prácticas laborales seguras con el plomo.





I I 50 Chocolate Drive Cookeville, TN 38501

Phone: 931-528-3361 Fax: 931-528-2409 www.lbjc.org

Estado de la mission: La misión de L.B.J. & C. Head Start es asociarse con la familia y la comunidad para ayudar a los niños y las familias a prepararse para la es-

> ... "se necesita un pueblo para criar a un niño ..."

destinatarios:

Head Start Familias, Head Start Política de los miembros del Consejo, Head Start Miembros de la Junta, Personal de Head Start, Head Start Miembros del Comité Asesor, Socios de Head Start

LBJ & C. Head Start es una agencia de Objeto Limitado servir Clay, Cumberland, Dekalb, Fentress, Jackson, Macon, Overton, Pickett, Putnam, Smith, Warren y Blanco Condados. 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 de entrada de los padres en todos los aspectos del programa de Head Start. Financiado por el Departamento de Salud y Servicios Humanos, Administración de Estados Unidos para Niños y Familias. LBJ & C. Development Corporation es una Agencia de Igualdad de Oportunidades. La agencia no discrimina por razones no mérito como la raza, color, religión, sexo, origen nacional, edad, estado civil, afiliación política, preferencia sexual, o individuos calificados con discapacidades mentales y físicas. El 504 / ADA / Título VI Persona de contacto: Barbara Pendergrass (931) 528 a 3361. Para la reimpresión de este boletín, póngase en contacto con nosotros al (931) 528 hasta 3,361 mil, envíenos un correo electrónico a information@lbjc.org, o por fax al (931) 528-2409.

Mi hijo muestra signos de COVID-19 en la escuela: ¿Qué debo hacer?

Si su hijo está enfermo o muestra signos de enfermedad, no lo envíe a la escuela.

1. Recoge a tu hijo

- Si es posible, recoja a su hija sola
- Si es posible, espere a su hijo en el automóvil.
- Todos en el automóxil deben usar una máscara, excepto los niños menores de 2 años.
- Abra las ventanas de lautomóvil para ventilar.
- Si es posible, espece 24 horas antes de limpiar y desinfectar su automóxil, va que eso permite más tiempo para la cantidad de virus en el aire de su coche para morir.
- Si no guede respect a su hijo, trabaje con su escuela para identificar la mejor manera de transportar a su hijo de manera segura.
- Organice la recogida de los suministros médicos de su hijo (si corresponde)

2. Mantenga a su hijo en casa y controle sus síntomas



- Uame al proveedor de atención médica de su hijo para analizar si su hijo necesita ser exaluado y determiner opciones para hacerse la prueba de COVID-19
- Si es posible, haga que el niño enfermo (y cualquier otra persona que tenga síntomas) se mantenga alejado de los demás y use un baño independiente po 10 días. Guando no pueda mantenerse alejado de los demás, todos deben usar una mascara miembros del hogar.
- Después de estar en contacto con algujen con COVID-19, puede tomar hasta 14 días saber si está enfermo. Todos los miembros del hogar deben quedarse en casa y evitar el contacto con otras personas fuera de su hogar. Una excepción sería acudir a su médico si se lo aconseja.
- Anime a todos los miembros del hogar a que se laxen las manos con frequencia y evite compartir artículos con otros (por ejemplo, platos, tazas, toallas, roga de cama).
- Utilise un desinfectante doméstico eficaz para limpiar superficies de "alto cor tacto" y artículos de uso diario, como puertas manijas, encimeras y grifos.

Si su hijo da positivo o se sospecha que tiene tener COVID-19

- Si su hijo da positivo por COVID-19, notifique a la escuela.
- Su hijo puede regresar a la escuela en persona solo después de:
 - Han pasado al menos 10 días desde que comenzaron los síntomas y
 - Los síntomas generales han mejorado y
 - Su hijo no ha tenido fiebre durante al menos 24 horas (sin medica; mentos para reducir la fiebre).

Fuente: www.cdc.gov/coronaviru