

**L.B.J. & C.
Head
Start**

L.B.J. & C. Notas

Volumen 1, Número 7

De febrero 2019

EN ESTA EDICIÓN:

Es hora de completar la solicitud de su hijo para Head Start	1
Tennessee para dejar de fumar tabaco	1
Head Start Cierres	1
Planificación para emergencias de invierno	1
Consejos de nutrición para dientes sanos	2
Consejos para padres	2

Head Start Cierres

Todos los centros Head Start y la Oficina Central estará cerrada el Lunes, 18 de febrero 2019 en lugar del Día del Presidente! Los niños volverán de 19 de febrero 2019.

Es tiempo para completar la solicitud de su hijo para Head Start!

Lo que necesita para completar el proceso de solicitud.

- ✓ Hay algunos documentos que necesita traer con usted en el momento de cumplimentar la solicitud de su hijo.

Estos documentos incluyen:

1. Acta de nacimiento, copia de la madre, o Cuidado de Crianza del contrato.
2. Verificación de ingresos (una o más de los siguientes):
 - Formulario 1040 para el año 2018
 - Todos los Formularios W-2 para 2018
 - Talones de cheques de los últimos doce meses
 - Verificación de la Seguridad Social o de SSI y la cantidad mensual actual
 - Prueba de la condición de una corriente AFDC / beneficiario de Asistencia Temporal y la cantidad mensual
 - Declaración de empleador de los salarios brutos

pagados durante los últimos 12 meses

- Verificación de la pensión alimenticia recibida para el año anterior, o los últimos 12 meses

Los niños que son 3 años de edad para el 08/15/2019 y no se vuelven 5 años de edad antes del 08/15/2019 son elegibles edad para Head Start.

Para obtener más información, llame a su centro de Head Start o llame al 931-528-3361, ext. 222.



Funded by the Tennessee Department of Health

L.B.J. & C. Head Start Siempre allí para Niños y Familias

Ahora aceptando aplicaciones!

Todos los niños son elegibles para aplicar. Que atienden a niños de 3 y 4 años de edad, incluidos los niños con discapacidad. Trabajo con las familias para prepararse para kindergarten! Los niños participan en actividades educativas diarias! Dos comidas nutritivas al estilo familiar y merienda a diario.

Planificación para emergencias de invierno

Manténgase informado sobre el posible mal tiempo

Hay varias maneras de hacer esto, incluyendo:

- Registrarse para recibir alertas de la comunidad
 - o Póngase en contacto con su gobierno local para obtener instrucciones
- Ser propietario de una radio meteorológica de la Administración Nacional Oceánica y Atmosférica (NOAA)
 - o Por lo general, funcionan con baterías o tienen una manivela
- Asegurarse de que su teléfono móvil pueda recibir Alertas Inalámbricas de Emergencia (WEA); Pregunte a su proveedor de servicios para más detalles
 - o Recibirá automáticamente alertas sobre el clima y otras emergencias

Plan What to Do if Your Program Loses Power

A snowstorm, wind storm, or ice build-up on utility lines may cause you to lose power. Be prepared for that possibility by:

- Making sure your communications plan is up-to-date so you can quickly contact families to pick up their children (EPM, pp. 12-13, 31-32)

- Planeando mantener a los niños calientes hasta que sean recogidos
 - o Mantas de almacenamiento o sacos de dormir
- Decidir dónde agrupar a los niños y al personal, y cerrar otras habitaciones para retener el calor
- Tener un kit de emergencia completamente equipado (EPM, p. 21)
- Tener un plan de evacuación (EPM, pp. 13-15, 18) para emergencias de invierno
 - o Si las condiciones demoran que los padres lleguen a su programa y su instalación se enfríe demasiado, es posible que deba mudarse a su ubicación alternativa designada

Otras emergencias de invierno

Para obtener más información sobre las emergencias de invierno y otras formas de proteger a sus hijos y al personal del programa, visite los sitios web de los gobiernos:

- **Centros de Control y Prevención de Enfermedades de los Estados Unidos (CDC)**
- **Ready.gov**

Fuentes: Centro Nacional de Salud y Bienestar Infantil

L.B.J.&C. Head Start

1150 Chocolate Drive
Cookeville, TN 38501

Teléfono: 931-528-3361
Fax: 931-528-2409

MISIÓN

LBJ & C. Head Start la misión es colaborar con la familia y la comunidad para ayudar a niños y familias a prepararse para la escuela.

... "se necesita una aldea para criar a un niño ..."

We're on the web!
Check us out at
www.lbjc.org

"Una persona que nunca cometió un error nunca intentó nada nuevo".
- Albert Einstein

RECORDATORIO:

¡No olvide que febrero es el Mes de Concientización sobre Enfermedades del Corazón y el Mes de Concientización Dental!

Consejos de nutrición para dientes sanos

Los niños necesitan dientes fuertes y sanos para masticar su comida, hablar y tener una sonrisa atractiva. Además, una buena dieta es esencial para el crecimiento y desarrollo de un niño. Casi todos los alimentos, incluida la leche o las verduras, tienen algún tipo de azúcar, que puede contribuir a la caries dental. Para ayudar a controlar la cantidad de azúcar que consume su hijo, siempre trate de leer las etiquetas de los alimentos y elija alimentos y bebidas que sean bajos en azúcares agregados. Además, seleccione bebidas, como el agua, que hidratan y contribuyen a una buena nutrición.

Qué comer:

Según MyPlate, un sitio web del Centro de Políticas y Promoción de la Nutrición, una agencia del Departamento de Agricultura de los Estados Unidos, una dieta equilibrada debe incluir:

- **Frutas y vegetales.** Combinados estos deben ser la mitad de lo que su hijo come todos los días.
- **Los granos** Asegúrese de que al menos la mitad de sus granos sean granos integrales, como la harina de avena, el pan integral y el arroz integral.
- **Lechería.** Elija alimentos lácteos bajos en grasa o sin grasa.
- **Proteínas magras.** Elija proteínas magras, como carne de res

- "Ser un Voluntario de Head Start-Póngase en contacto con el Supervisor de Centro de día de hoy. Head Start y valora las necesidades de todos los voluntarios. "

Beneficiarios:

Las familias de Head Start
Política de Head Start de los miembros del Consejo
Miembros de la Junta de Head Start
El personal de Head Start
Head Start de los miembros del Comité Consultivo
Socios de Head Start

LBJ & C. Head Start es un servicio de Agencia de Objeto Limitado Clay, Cumberland, DeKalb, Fentress, Jackson, Macon, Overton, Pickett, Putnam, Smith, Warren, en blanco y Condados. La participación de los padres no se requiere como condición para la inscripción de su hijo. La participación es voluntaria. Sin embargo, las necesidades de los padres de Head Start de entrada en todos los aspectos del Programa Head Start. **Financiado por los EE.UU. Departamento de Salud y Servicios Humanos, Administración de Niños y Familias.** LBJ & C. Development Corporation es una Agencia de Igualdad de Oportunidades. La agencia no discrimina en ningún mérito no motivos tales como raza, color, religión, sexo, origen nacional, edad, estado civil, afiliación política, preferencia sexual, o las personas calificadas con impedimentos mentales o físicos. El VI 504/ADA/Title Persona de contacto: Barbara Pendergrass (931) 528-3361. Para las reimpresiones de este boletín, póngase en contacto con nosotros en (931) 528 - 3361, e-mail a information@lbjc.org, o por FAX al (931) 528 - 2409.

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.

HEY, PARENTS!

Hablar hablar hablar

- *Hable con su hijo todos los días sobre la escuela y las cosas que suceden en la casa.
- *Rocía algunas palabras interesantes en la conversación y construye sobre las palabras de las que has hablado en el pasado.

Powered by a Ready To Learn Grant

magra, aves de corral sin piel y pescado. Trate de variar las opciones de proteínas para incluir huevos, frijoles, guisantes y legumbres, también. Coma por lo menos 8 onzas. De mariscos a la semana.

Además de una dieta nutritiva, los hábitos de comer bocadillos, biberones y chupetes también afectan la salud bucal de su hijo. Aquí hay algunos consejos para mantener la boca sana de su hijo:

- Coloque solo fórmula, leche o leche materna en los biberones. Evite llenar la botella con líquidos como agua azucarada, jugo o refrescos.
- Los bebés deben terminar sus biberones antes de acostarse.
- Si su hijo usa un chupete, proporcione uno que esté limpio; no lo sumerja en azúcar o miel, ni se lo ponga en la boca antes de dárselo al niño.
- Aliente a los niños a beber de una taza antes de su primer cumpleaños y desaliente el uso frecuente o prolongado de tazas para sorber.
- Sirva bocadillos nutritivos y limite los dulces a las comidas.

Para obtener consejos sobre cómo hacer que sus hijos coman más frutas y verduras, visite la Academia de Nutrición y Dietética.

Fuente: www.mouthhealthy.org