

Boletín de noticias

Febrero 2022

Por **Dr. Latisha Smith**, Directora de Servicios Educativos

¡Hola familias! Uno de los temas del boletín de este mes es el Día de San Valentín. Mientras que las tiendas y la sociedad se enfocan en dar regalos para celebrar, esta festividad en particular ofrece un momento ideal para enseñar a los niños sobre el amor y la amistad. Aquí tienen algunas ideas para considerar:

- Dígame a su hijo/a cuánto lo ama.
 - Escriba una nota y déjela en la habitación de su hijo/a, en la mochila o en la mesa.
- Pase tiempo con su hijo/a.
 - Como padres, estamos ocupados y podemos distraernos con el trabajo, la escuela y los dispositivos. Trate de pasar tiempo con su hijo/a todos los días y simplemente hable. Puede ser en el auto, en la cena o antes de acostarse.
- Haga algo para o con su hijo/a.
 - Hagan una tarjeta de San Valentín o preparen la cena juntos.
- Deje las tareas por un rato.
 - Encuentre tiempo para simplemente disfrutar lo que está sucediendo en el momento. Deja otras tareas a un lado (como lavar la ropa) y diviértete.
 - Juegue en la nieve, lea un libro o vea una película con su hijo/a.
 - Sea un modelo a seguir para su hijo/a.





○ Muéstrela a su hijo/a cómo ser un buen amigo y cómo ser amable en la casa y en la comunidad.

Como padre, madre o tutor, usted es el maestro más importante de su hijo/a. ¡Lo que hace tiene un impacto duradero!



Fuente: <https://www.brighthorizons.com/family-resources/true-love-on-valentines-day>

Consulte el resto del boletín para obtener más ideas y formas de celebrar el Día de San Valentín. Otro tema este mes es la salud dental. En este boletín, compartimos consejos importantes para ayudar a mantener los dientes de su hijo/a saludables. Tri-County ofrece clínicas dentales Head Start. Lea a continuación para obtener más información y comuníquese con su visitante domiciliario o trabajador familiar si tiene preguntas. ¡Programa la cita de su hijo/a hoy!

.....

Fechas importantes en Tri-County

- ❖ **Viernes, 11 de febrero de 2022** - *No hay escuela (Día de Desarrollo Profesional)*
 - ❖ **Lunes, 21 de febrero de 2022** – *Reunión del Policy Council a las 5:30 pm*
 - ❖ **Jueves, 24 de febrero de 2022** – *No hay Pre-K clases en las escuelas de Waterloo*
-

Lily

Por **Dusty Olson**, Manager

Estamos en pleno apogeo en Lily. Fue un enero difícil, con demasiado frío y días perdidos. Esperemos tener mejores días y que podamos experimentar más diversión al aire libre.

Este mes celebramos la amistad y el día de los enamorados. Hable con sus maestros sobre actividades y diversión en casa para celebrar y apoyar lo que está sucediendo en clase.



Ariyah, Xander, and Dallas muestran la carretera que construyeron. Kai preparándose para jugar.



Dallas construyó una torre de piezas magnéticas tan alta como él

(Clase Leaping Llamas, HS-1)

En febrero, nos enfocamos en la salud dental. La higiene bucal y el cepillado de dientes son vitales para la salud, especialmente para los niños. Asegúrese de visitar al dentista dos veces al año y si necesita servicios, consulte con su trabajador de servicios familiares.

El siguiente enlace lo lleva al sitio web de los CDC que detalla información sobre la salud dental de los niños y ofrece algunos recursos

adicionales: <https://www.cdc.gov/oralhealth/basics/childrens-oral-health/index.html>

Recordatorios

- ¡Los accidentes ocurren! Favor de traiga una muda de ropa (o dos) para cuando ocurran.
- ¡Asegúrate de vestirte acorde al tiempo!
- El COVID-19 sigue siendo muy activo en nuestra comunidad. Use la mascarilla al ingresar a nuestros edificios y lávese las manos con frecuencia. Además, asegúrese de mantener a sus hijos en casa si están

enfermos para evitar la propagación de enfermedades en todo nuestro centro.

.....

Maywood

Por **Angie Barth**, Manager

¿Alguien más se pregunta dónde se fue enero? Febrero es el mes perfecto para seguir practicando habilidades sociales y formas adecuadas de hacer amigos. Anime a sus hijos a usar sus palabras cuando tengan un desacuerdo, practique compartir y turnarse, y ayúdelos a pensar en cómo se sentiría otra persona cuando algo suceda. Todo esto ayuda a que desarrollen habilidades sociales.

Como recordatorio, si desea traer un regalo especial para celebrar una ocasión, nuestro Manual para padres tiene algunas ideas excelentes sobre las opciones que tienen. Recuerde, debido a alergias y otras razones de seguridad de salud, los artículos deben comprarse en la tienda, estar envueltos individualmente y sin caducar. Los artículos no comestibles también son una opción, como lápices, crayones, kazoos etc.

Hemos tenido mucha congestión en el estacionamiento durante las horas de entrega y recogida. Ayúdenos a mantener la seguridad de todos estacionando en el lugar de estacionamiento real. Si no hay ninguno disponible, NO estacione en el medio de la carretera. En su lugar, estacione detrás en dónde están los remolques y botes, o en la parte de abajo y entre por allí. Para aquellas familias que tienen niños en un salón de clases que comienza y termina a una hora determinada, recuerden no ingresar temprano a la clase ya que es posible que los maestros no estén preparados para llevar a los niños antes de la hora de inicio. Además, sea respetuoso y recoja a sus hijos al final de la clase o llame al centro si va a llegar tarde. Si alguien diferente va a dejar o recoger, asegúrese de que esté al tanto de los horarios programados a continuación:

- **N1** con Ms. Dana y **S1** con Ms. April & Bobbi Jo **8:15-2:45**
- **N2** con Ms. Kortney y **S3** with Ms. Janel **8:30-3:00**

Aquí en Maywood tenemos la suerte de tener una bonita colina en nuestro patio trasero para usar para andar en trineo en los meses de invierno. Hay muchas áreas para jugar, así que recuerde traer a su hijo/a con ropa para la nieve, como pantalones para la nieve, abrigo de invierno, botas, guantes y un gorro. Los maestros siguen un

cuadro meteorológico que indica si es seguro estar afuera. El gráfico lo pueden ver [aquí](#).

¡También queremos felicitar Ms. Angela del aula N2 por obtener su CDA!

Recordatorios

- A medida que se acerque el tiempo de nieve, esté atento a Tri-County HEAD START (no Tri-County Schools) en su estación de noticias local para cierres/retrasos.
- Por favor verifique que su hijo/a tenga ropa de repuesto que sea apropiada para el tiempo.



Nuevo personal

En el aula S3, Ms. Janel da la bienvenida a Ms. Heather como asistente permanente en el aula.

En casa

Según la CDC, las caries no tratadas no solo pueden causar dolor e infecciones, sino que también pueden provocar problemas para comer, hablar, jugar o aprender. ¿Qué puede hacer para ayudar a garantizar que los dientes/la boca de su hijo/a permanezca saludables?

Para bebés:

- Limpie las encías con un paño limpio después de la primera comida de la mañana y justo antes de acostarse.
- Cuando aparezca el primer diente del niño, comience a cepillarlo con un cepillo suave de cerdas pequeñas dos veces al día.
- Una vez que su hijo/a haya cumplido 1 año, visite al dentista por primera vez.
- Consulte al dentista sobre la aplicación de barniz de flúor en los dientes de su hijo/a.

Para niños:

- Cepillarse dos veces al día con pasta dental con flúor (consulte a su dentista si es menor de 2 años antes de usar una pasta dental con flúor).
- Pida al dentista que aplique selladores cuando corresponda.

- Trate de ver al dentista cada seis meses.

Para madres embarazadas:

- Cepílese los dientes dos veces al día.
- Use hilo dental al menos una vez al día.
- Consulte a un dentista antes del parto.
- Si las náuseas son un problema, enjuáguese la boca con 1 cucharadita de bicarbonato de sodio en un vaso de agua después de vomitar para enjuagar la boca del ácido estomacal.

Enseñar a los niños cómo cepillarse los dientes no siempre es una tarea fácil, por lo que aquí hay algunos consejos para ayudarlo a comenzar a hacerlo correctamente en casa:

- Ponga una canción para cepillarse los dientes o la música favorita del niño mientras se cepilla. Prueba la aplicación 'Brush DJ' para reproducir canciones animadas durante exactamente dos minutos.
- Haga su propio temporizador de cepillo de dientes. Ver instrucciones [aquí](#).
- Practique cepillarse los dientes con un juguete, como una muñeca o un animal de peluche.
- Dele suficiente tiempo para cepillarse. Limitar a su hijo/a a cinco minutos (o una cantidad determinada de tiempo) puede hacer que se sienta apurado.
- Cree un calendario o gráfico donde reciban pegatina cada vez que se cepillen con éxito.
- Lea una historia sobre “insectos de azúcar” ([ver en YouTube](#)) y anímelos a deshacerse de sus insectos de azúcar.
- Permítales elegir su cepillo y pasta de dientes (el sabor tiene mucho que ver con sus ganas de cepillarse).

Aquí hay algunos otros recursos para comenzar:

- [Healthy Teeth Videos for Kids/Video sobre dientes saludables para niños](#)
- [Take Care of Your Teeth Activity Book/Libro de actividades para el cuidado de sus dientes](#)
 - [En Español](#)
 - [En Francés](#)
- [Tabla de cepillado de dientes](#)



¡Aquí hay algunas fotos de niños aprendiendo y divirtiéndose en Maywood!





Waterloo Schools

Por **Ashley Caldwell**, Manager

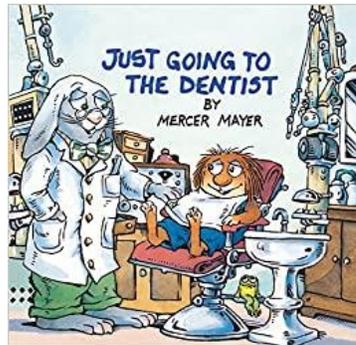
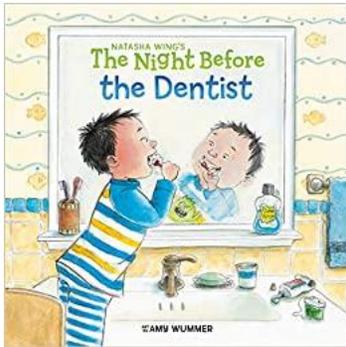
Muchas de nuestras clases de 4 años han estado trabajando arduamente para completar sus evaluaciones IGDI sobre vocabulario, sonidos de letras y lo que no pertenece a uno. Las clases han estado aprendiendo sobre el invierno, los animales árticos, los patrones y las cantidades para los números 1-8.

Recordatorios

- Las reuniones de invierno se acercan, serán el 22 y 24 de febrero. Esté atento a la información del maestro de su hijo/a.
- No habrá clases para los niños de Waterloo Pre-K el 24 de febrero.

En casa

Nuestro tema para febrero es la salud dental. Una visita al dentista es importante para la salud y el bienestar del niño. En casa pueden hablar sobre alimentos y bebidas saludables que mantienen los dientes sanos y fuertes. Visite la biblioteca local para encontrar libros sobre cómo visitar a un dentista, cómo mantener los dientes sanos y qué hace un dentista. ¡Use los enlaces a continuación para disfrutar escuchando libros con su hijo/a sobre el dentista!



<https://www.youtube.com/watch?v=vXh-U2DqyqI>

<https://www.youtube.com/watch?v=MdZHV0dEwEs>

Especialista en Educación

Por **Angela Shylman**

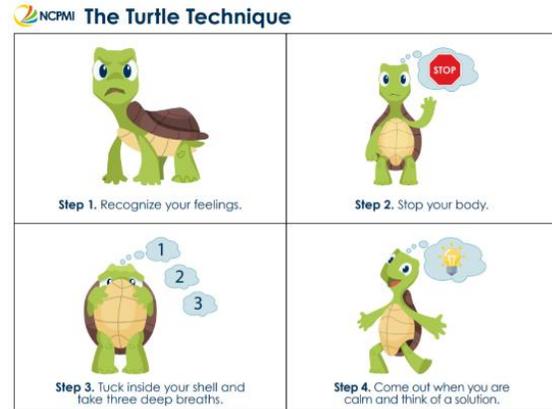
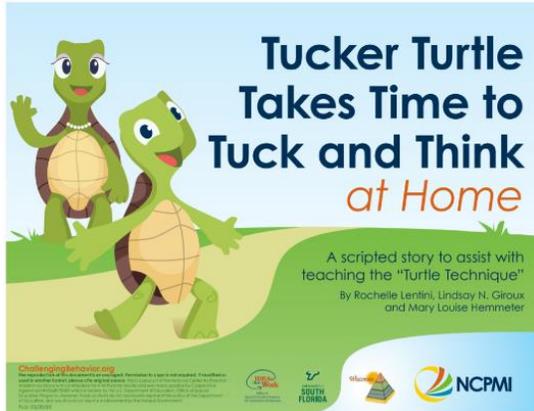
Tri County utiliza métodos de Intervenciones y Apoyos para el Comportamiento Positivo en todas las partes de nuestra agencia. Nuestro personal les enseña a los niños sobre Tucker Turtle y cómo maneja los problemas y las emociones fuertes. ¡También puedes hacer esto en casa!

Usamos el siguiente video con los niños para ayudarlos a relacionarse con Tucker mientras habla sobre qué hacer cuando está enojado.

<https://eclkc.ohs.acf.hhs.gov/video/promoting-childrens-self-regulation-tucker-turtle>



- También hay enlaces de historias en inglés y español para la historia de "Tucker Turtle at Home". Usamos uno similar en la escuela. Ambos usan la técnica de la tortuga:
 - 1. Reconocer tus sentimientos.
 - 2. Detén tu cuerpo.
 - 3. Métete dentro de tu caparazón y toma tres respiraciones profundas.
 - 4. Sal cuando estés tranquilo y piensa en una solución.



https://challengingbehavior.cbcs.usf.edu/docs/TuckerTurtle_Story_Home.pdf (English)

https://challengingbehavior.cbcs.usf.edu/docs/TuckerTurtle_Story_Home_SP.pdf (Español)

Hable con el maestro, visitador del hogar o trabajador familiar de su hijo/a para obtener más recursos o si tiene alguna pregunta. ¡Gracias por ser parte del equipo de tortugas de Tri-County!

Coordinadora de Servicios de Discapacidades

Por **Melissa Edwards**

Concienciarse en la Salud Dental

Febrero es el Mes Nacional de la Salud Dental Infantil y probablemente no por casualidad, también es un mes en el que celebramos el Día de San Valentín con muchos dulces. Cepillarse los dientes y usar hilo dental es una parte muy importante de la salud bucal y la salud general de un niño. Aquí hay 8 consejos para ayudar a enseñarle a su



hijo/a una buena higiene bucal.

1. Deje que su hijo se cepille los dientes por sí mismo, pero supervise sus esfuerzos hasta los 7 u 8 años, cuando sea capaz de cepillarse los dientes con eficacia. Hacer que se cepillen en el espejo puede ayudarlos a ver lo que están haciendo.
2. Use una aplicación de temporizador de cepillo de dientes o un temporizador físico real para ayudar a los niños a cepillarse los dientes durante dos minutos completos en cada sesión.
3. Cepílese los dientes junto con su hijo/a. Muéstrole cómo cepillarse hasta los molares posteriores y a lo largo de la línea de las encías.
4. Explíquele a su hijo/a lo que sucedería si no se cepilla los dientes o no se los cepilla lo suficientemente bien. Hable con ellos sobre las causas de las caries en los niños, qué son las caries y por qué es mejor evitarlas. No los asuste ni use términos como "perforar" o "herir" cuando hable sobre el dentista. En cambio, bríndeles una descripción general de por qué la higiene bucal es tan importante usando términos positivos y amigables para los niños.
5. Al igual que el cepillado, use hilo dental para su hijo/a hasta que tenga la destreza para hacerlo solo, generalmente alrededor de los 10 años. Una vez que sea mayor, puede usar hilo dental frente a él y guiarlo a través de la técnica.
6. Los cepillos de dientes divertidos con temas infantiles y las pastas de dientes sabrosas pueden ser de gran ayuda para ayudar a los niños a entusiasmarse con la higiene bucal. En cuanto a la mejor pasta de dientes para niños, recomendamos una pasta de dientes con flúor con el sello de aprobación de la ADA.
7. Manténgase al día con los exámenes y limpiezas regulares del dentista pediátrico.
8. Haga que use hilo dental y cepillarse los dientes sea divertido para los niños. Puede seguir todas las pautas del mundo sobre cómo enseñar a un niño a practicar una buena higiene bucal, pero si cepillarse los dientes y usar hilo dental son una experiencia negativa constante, no querrán hacerlo. Cosas como cepillarse durante una canción de dos minutos, cepillarse los dientes en familia y convertir la higiene bucal en un juego pueden hacer que los niños sean más propensos a seguirlo y quieran aprender.

Fuente: Innovative Pediatric Dentistry

Ahora, después de una buena sesión de cepillado, ¿qué tal disfrutar de un tiempo juntos con su hijo/a para celebrar el Día de San Valentín? ¡Aquí hay algunas actividades simples para hacer en casa!

- **A la búsqueda de corazones: Recorte varios corazones de papel de diferentes colores y escóndelos por la casa para que su hijo/a los encuentre. Esta es una gran oportunidad para usar el lenguaje con su hijo/a. Hable sobre dónde están buscando y por qué, enséñeles conceptos como detrás, debajo, encima y hable sobre los colores de los corazones. Incluso podría ordenar los corazones por tamaño y color. ¡Qué gran oportunidad matemática!**
- **Haga tarjetas: a los niños les encanta explorar con herramientas de escritura y explorar con pegatinas. ¿Por qué no combinar las dos y dejar que usen su imaginación para crear una tarjeta de San Valentín para alguien a quien aman? Todo lo que necesita son algunos crayones, marcadores, papel y tal vez algunas pegatinas de corazones de Dollar Tree. ¡Que comience la creatividad!**



Salud

Por **Pauline Jones**, Coordinadora de Salud de Head Start/Early Head Start; Shana y Darcie, enfermeras contratadas del UnityPoint

Febrero es el mes de la Salud Dental

Walker Dental

La clínica dental Walker continúa asociada con Tri-County Head Start para brindar servicios dentales a las familias inscritas en Early Head Start y Head Start. Este mes, los estudiantes del programa de higiene dental de Hawkeye Community College trabajarán con el Dr. Walker para completar evaluaciones y exámenes orales en nuestros centros. Comuníquese con su trabajador familiar o



visitante domiciliario para inscribir a su hijo/a al examen de detección o examen dental.

Caries: ¿cómo son?

- Una caries puede verse más blanca que el resto de los dientes.
- También puede verse como un agujero en el diente que es marrón, negro o amarillo.
- El dentista puede hacer una radiografía para ver la caries.
- Puede tener caries si le duele el diente cuando come alimentos calientes, fríos o dulces o cuando mastica cualquier tipo de alimento.
- Es posible que las caries no duelan hasta que se agrandan, por lo que es importante visitar a su dentista cada 6 meses para que puedan cuidar las caries antes de que duelan.



¿Qué puedo hacer para prevenir la caries?

- Cepillarse los dientes al menos dos veces al día.
- Usar hilo dental al menos una vez al día puede eliminar los gérmenes que causan las caries.
- Si comes alimentos que son buenos para ti, no te causarán caries y te ayudarán a prevenir las caries.
- Los gérmenes comen azúcar para sobrevivir. Cuando comen azúcar, producen ácido que corroe los dientes y produce caries.

Los dientes de leche son importantes para que los niños puedan:

- **Masticar y comer alimentos.** Los niños necesitan comer alimentos saludables todos los días para crecer y ser fuertes. Los niños con caries son menos propensos a comer alimentos crujientes, como frutas y verduras frescas. Poder comer estos alimentos promueve una buena nutrición y un peso saludable.
- **Hablar.** Los niños que pierden los dientes de leche demasiado pronto pueden tener problemas para emitir ciertos sonidos. Esto puede dificultar la comprensión del niño. Un niño puede necesitar terapia del habla para mejorar los problemas del habla que se pueden desarrollar debido a la falta de dientes.
- **Dejar espacio para los dientes permanentes.** Los dientes de leche tienen espacio para los dientes permanentes que crecen en la mandíbula. Si un diente de leche se pierde demasiado pronto, otros dientes que ya están en la boca se moverán al espacio. Puede bloquear el diente adulto que intenta salir y causar apiñamiento. Es



posible que las mandíbulas superior e inferior no se unan correctamente debido a los dientes torcidos.

- **Mantenerse sano.** La caries dental en los dientes de leche puede provocar infecciones que pueden causar fiebre y dolor. Si no se trata, la infección por caries puede extenderse a otras partes de la cabeza y el cuello y provocar una inflamación grave.
- **Tener confianza en sí mismo.** Los niños con los dientes frontales deteriorados tienden a no sonreír o se tapan la boca cuando hablan. A veces dejan de jugar con otros niños. Una sonrisa saludable ayuda a que los niños tengan la confianza en sí mismos necesaria para tener buenas experiencias sociales.

PIR actual del programa Head Start de 3 a 4 años

Exámenes completados = 21%

***Datado en 1/20/22**

- ❖ **El objetivo de Head Start es que el 100% de los niños reciban un examen dental en los primeros 90 días del año del programa.**
- ❖ **Del 21% de los niños examinados, el 23% necesitó tratamiento dental.**
- ❖ **No se demore; haga la cita dental de su hijo/a hoy. Para su comodidad, inscríbese en las clínicas dentales de Head Start**
- ❖ **Comuníquese con su trabajador familiar o visitante domiciliario si necesita ayuda**

Information adaptada de “What To Do For Healthy Teeth” Sadie S. Mestman, D.M.D. & Ariella D. Herman, Ph.D. y de la página web Head Start ECLKC.

Nutrición

Por **Tracey Sauke**, Dietista

Durante el mes de enero aprendimos sobre frijoles. ¿Sabías que puedes germinar tus propios frijoles? Es súper fácil y tus hijos se divertirán viéndolos crecer.

Cómo germinar tus propios frijoles

Lo que necesita: frijoles secos, bolsas de plástico con cierre del tamaño de un sándwich, servilleta de papel húmeda, ventana soleada y cinta adhesiva.

All you do:

1. Remoje sus frijoles por 24 horas. Solo necesitas 1-5 frijoles. Guarda el resto para cocinar. Para recetas visita: <https://spendsmart.extension.iastate.edu/pantry-picks/beans/>.
2. Coloque un frijol y una servilleta de papel húmeda en cada bolsa.
3. Pon la bolsa a una ventana soleada. Revisa tus semillas todos los días. Si los frijoles se remojaron previamente, deberían germinar en 1 o 2 días. Los brotes pueden salir dentro de una semana.



Durante el mes de febrero tenemos previsto aprender sobre cítricos. ¡Asegúrese de agregar un poco de cítricos a su carrito de compras para obtener un poco de vitamina C adicional!

.....



Nuestra misión es inspirar a todos los niños y apoyar a todas las familias.

Nuestra visión es cambiar el mundo paso a paso.