Boletín

Julio 2022

Dr. Latisha Smith, Directora de servicios de educación

¡Hola familias! ¡Espero que estéis disfrutando del verano! Aquí encontraréis un resumen previo del boletín de este mes. Destacamos lo que la comunidad tiene para ofrecer a los niños y las familias. Consulte el programa de lectura de verano a través de la biblioteca de Waterloo. Si vive en otra comunidad, busque en su biblioteca local un programa similar. Si tiene un hijo/a menor de cinco años, complete el registro para obtener un libro gratis cada mes de parte de la biblioteca de imaginación de Dolly Parton. ¡Esta es una oportunidad maravillosa! Para las mamás embarazadas o las mamás primerizas, Total Care Iowa tiene un programa gratuito para ayudarlas en su proceso de embarazo. ¡Vea los enlaces a continuación para obtener recursos útiles!

Mientras nos preparamos para las festividades del 4 de julio, tenga en cuenta la seguridad de sus hijos y su familia. A continuación, puede encontrar consejos relacionados con los fuegos artificiales. Disfrute de esta época del año, pero hágalo de manera segura. Una forma divertida de celebrarlas es con arte. ¡Mira las actividades simples y económicas a continuación!

También compartimos información sobre los efectos de los fumadores pasivos. Asegúrese de estar informado de los peligros de fumar cerca de su hijo/a. Mantenga el entorno de su hijo/a libre de humo para promover un desarrollo saludable. Si tiene preguntas o necesita apoyo adicional, comuníquese con su trabajador de servicios familiares.

Y finalmente, espero que su familia haya tenido la oportunidad de celebrar el Día del Padre el mes pasado. Tal vez lo celebraste con comida, tiempo juntos, un regalo o una tarjeta. El Día del Padre es un momento ideal para pensar en lo que significan los padres para sus hijos. Al hacerlo, es esencial reconocer su importante papel en la vida diaria de sus hijos. Un artículo titulado: La importancia de los padres para el desarrollo infantil por Jennifer E. Lansford, Ph.D. destaca lo que los padres contribuyen al bienestar de sus hijos. Según Lansford (2021), existen varios beneficios:

- *Los niños con padres sensibles y comprensivos tienen niveles más altos de competencia social y mejores relaciones con sus compañeros.*
- *Los niños cuyos padres les brindan materiales de aprendizaje y hablan con ellos con frecuencia se desempeñan mejor en la escuela y tienen habilidades lingüísticas más avanzadas.*

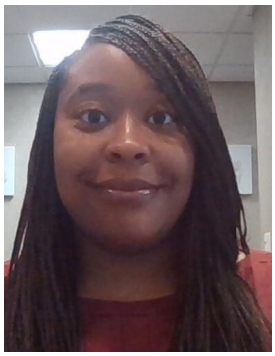
Los padres pueden ayudar a sus hijos incluso en situaciones en las que no viven en la misma casa. Niños con relaciones positivas y regulares y en contacto con su padre tienden a regular mejor las emociones que los niños que no tienen contacto con su padre.

¡Por todos los padres que marcan la diferencia en la vida de sus hijos!

Fuente:
https://www.psychologytoday.com/us/blog/parenting-and-culture/202106/the-importance-fathers-child-development

¡Bienvenida a Tri-County!

¡Le damos la bienvenida a Stephanie Burks, nuestra nueva asistente ejecutiva! Su oficina está ubicada en el edificio Waterloo. Aquí hay más información sobre Stephanie.



Me mudé a Iowa desde Wisconsin hace seis meses con mis tres hijos. Llevo más de 10 años trabajando en Atención al Cliente. Trabajé en la Biblioteca Pública de Milwaukee en varios departamentos y sucursales antes de transferirme al Departamento de Policía de Milwaukee. Tengo un título de Asociado en Servicios Humanos de la Universidad Técnica del Área de Milwaukee. Antes de venir a Iowa estaba cursando mi licenciatura en Trabajo Social en la Universidad de Wisconsin-Milwaukee, así que espero terminar mi carrera. Me encantan las películas de suspense/terror, leer, escribir, cocinar y hacer manualidades. Trabajar con niños siempre ha sido una de mis pasiones y tengo muchas ganas de aprender nuevas habilidades.

¡Gracias a nuestro personal y sus familias por representar a Tri-County en el desfile My Waterloo Days!

Fechas importantes en Tri-County

- **4 de julio**
  - *Cerrado el 4 de julio por festividad*

Eventos en la comunidad

- **2 de julio**
  - *Celebración del Día de la Independencia en Waterloo, de 17:00 a 23:30*

- **15 de julio**
  - *Películas bajo la luna (Soul), Overman Park, Cedar Falls* http://www.communitymainstreet.org/featured-events/movies-under-the-moon.aspx

- **29 de julio**
  - *Película bajo la luna (Remember the Titans), Overman Park, Cedar Falls*

http://www.communitymainstreet.org/featured-events/movies-under-the-moon.aspx

¡Diversión de verano en la Biblioteca Pública de Waterloo!

La hora del cuento de mamá ganso

- ★ Recién nacidos - 2 años y cuidadores
- ★ Jueves de 10:30 a 11:00

Cuentacuentos para preschool

- ★ Niños de 3 a 5 años y cuidadores
- ★ Miércoles de 10:30 a 11:00

Cuenta-cuentos para la familia

- ★ Niños de todas las edades y cuidadores
- ★ Sábados de 10:30 a 11:00

LA BIBLIOTECA DE LA IMAGINACIÓN DE DOLLY PARTON

Siete bibliotecas públicas del condado de Black Hawk se están uniendo para llevar la Biblioteca de la Imaginación de Dolly Parton a nuestra comunidad en asociación con la Fundación Comunitaria de Cedar Falls. La Biblioteca de la imaginación de Dolly Parton es un programa de obsequio de libros que envía por correo libros gratuitos y de calidad a niños desde el nacimiento hasta los cinco años.

¡Regístrese!

Si vive en el condado de Black Hawk y tiene un hijo/a menor de 5 años, puede inscribirlo para recibir un libro GRATIS todos los meses. ¡Registre a su hijo/a en línea a través del enlace de registro a continuación!

https://imaginationlibrary.com/usa/affiliate/IABLACKHAWK/

¿Ha oído hablar del programa Start Smart for Your Baby® de Total Care Iowa?

Este programa gratuito es para mujeres de Iowa Total Care que están embarazadas y son mamás primerizas. Está diseñado para personalizar el apoyo y la atención que necesitan para un embarazo y un bebé saludable.

Es muy fácil para nuestros miembros participar en el programa. Simplemente inicie sesión en el portal de miembros para completar un formulario de notificación de embarazo. O pueden llamar a servicios para miembros al 1-833-404-1061 (TTY:711) para comenzar.

¿Usted o alguien que conoce necesita consejos útiles para tener un embarazo saludable y exitoso?
¡Descargue nuestro libro GRATIS, ¡Su guía para el embarazo!

Recursos nuevos: Prepárate para un embarazo exitoso (iowatotalcare.com)

- Preparar a su bebé
- Preguntas sobre qué hacer durante el recorrido al hospital y el parto
- Prepararse para su bebé
- Preparar la maleta para el hospital

Recursos: Cómo prosperar con tu bebé en casa (iowatotalcare.com)

- El cuarto trimestre
- Actividades para usted y su bebé
- Cómo consolar a un bebé que llora
- La importancia de las visitas posparto

Maywood

Angie Barth, Dusty Olson, Ashley Caldwell, y Haley Bradford, Mánagers del programa de verano

¡Aquí viene el calor! Julio puede ser uno de los meses más calurosos del año. Asegúrese de vestir a su hijo/a con capas y telas ligeras para que estén frescos. Además, asegúrese de que usted y su familia beben mucha agua, especialmente cuando juegan afuera.

Gracias a todos por usar nuestro sistema para registrar la entrada y la salida de su hijo/a. Esto es muy importante para que nuestra agencia pueda mantener registros e información precisos. Si tiene alguna pregunta o necesita ayuda para usar los iPads, informe a un miembro del personal y lo ayudaremos.

¡Feliz día de la independencia! El lunes 4 de julio estará cerrado para celebrar. ¡Disfruta del fin de semana largo!

Recordatorios:

- *Es importante registrar la entrada y salida de su hijo/a todos los días.*
- *Si su hijo/a está ausente, recuerde llamar al centro.*
- *Por favor traiga una muda extra de ropa.*

● *Para evitar la propagación de gérmenes debido a cualquier enfermedad, lávese las manos cuando su hijo/a entre al salón de clases todas las mañanas.*
● *Asegúrese de unirse a nosotros en nuestra página de Facebook (Maywood Tri-County Head Start) para obtener más información, actualizaciones y publicaciones de las aulas.*

Consejos de seguridad para el verano

¡Como el verano está en pleno apogeo, aquí hay algunos consejos de los centros para el Control y la Prevención de Enfermedades para ayudar a mantener seguros a sus hijos!

- *Cuando los niños estén en el agua o cerca de ella, supervíselos de cerca en todo momento.*
- *Ayudar a prevenir enfermedades en aguas recreativas (enfermedades causadas por gérmenes y sustancias químicas que se encuentran en el agua en la que nadamos).*
- *Lleve a los niños a ir al baño y revise los pañales cada hora. Cámbielos en un baño o área de cambio de pañales, no junto a la piscina, para mantener los gérmenes alejados de la piscina.*
- *Manténgase seguro mientras navega usando un chaleco salvavidas. Los chalecos salvavidas bien ajustados pueden evitar ahogamientos y todos deben usarlos en todo momento en cualquier embarcación.*
- *Busque la sombra cuando sea necesario. Los rayos ultravioletas son más fuertes y dañinos durante el mediodía, por lo que es mejor planificar actividades en el interior en ese momento. Si esto no es*

posible, busque la sombra debajo de un árbol, una sombrilla o una carpa emergente.

- *Cuando sea posible, cúbrase con camisas de manga larga y pantalones largos y faldas para protegerse de los rayos UV.*
- *Use un sombrero que dé sombra a la cara, el cuero cabelludo, las orejas y el cuello. Si su hijo/a elige una gorra de béisbol, asegúrese de proteger las áreas expuestas con crema solar.*
- *Use gafas de sol. Protegen los ojos de su hijo/a de los rayos UV, que pueden provocar cataratas en el futuro.*
- *Use protector solar con al menos SPF 15 cada vez que su hijo salga. Para obtener la mejor protección, aplique protector solar generosamente 30 minutos antes de salir al aire libre. No olvide proteger las orejas, la nariz, los labios y la parte superior de los pies.*

Para combatir el calor del verano, los niños de S1 (junto con las maestras Janel y Heather) disfrutaron de una experiencia sensorial con cubitos de hielo y agua. Con varias herramientas para sacar, verter y triturar el hielo, los niños compararon la temperatura del agua helada con el agua a temperatura ambiente. Descubrieron que a medida que el agua se calentaba por estar afuera, el hielo se derretía. ¡Les encantó especialmente la sensación fresca del agua en un caluroso día de verano!

¡Aquí hay más fotos de niños disfrutando el verano con amigos en Maywood!

Programa en casa

Meranda Nevenhoven, Visitadora de Early Head Start

¡La manera más fácil de entretener a su niño/a es llevarlo afuera a la naturaleza y dejar que explore y encuentre su propia actividad! Aquí hay algunas ideas:

- *Encuentra e identifica huellas de animales*
- *Encuentra diferentes hojas y flores; proporcionar una cesta para recoger los artículos que encuentran para su posterior observación*

- *Crea una actividad de combinación de colores con tiza y elementos de la naturaleza.*

- *Crea un florero con cartón.*

¡También puedes llevar contigo pelotas, tizas y otros juguetes para exteriores! Todas estas actividades ayudan al desarrollo físico, las habilidades cognitivas y las habilidades de juego dramático de su hijo.

Diversión del 4 de julio: ¡Crea tus propios fuegos artificiales!

★ *Coloque la pintura y el aceite en una bolsa ziplock y deje que su hijo pinte con los dedos*

Especialista en educación

Angela Shylman

Como madre, padre o cuidador, puede ser difícil mantener la calma cuando su hijo/a está molesto o enojado. Cuando surjan esas situaciones, aquí hay algunas frases para ayudarlo a mantener la calma mientras ayuda a su hijo/a. ¡Prueba estas frases!

Coordinadora de servicios para niños con discapacidades

Melissa Edwards

¡Julio es conocido por las celebraciones del 4 de julio y los coloridos fuegos artificiales! Julio también viene con algunas temperaturas más cálidas. ¿Por

qué no combatir el calor y celebrar el 4 de julio ayudando a su hijo/a a crear sus propios fuegos artificiales? Aquí hay algunas maneras divertidas de ser creativos y dejar que los niños exploren diferentes pinturas y materiales para pintar. Busque en su Dollar Tree local pinturas, papel o materiales económicos y no tóxicos para usar en estas actividades. ¡ Después, deje volar la imaginación de su hijo/a!

Materiales:

★rollos de papel higiénico
★ pintura no tóxica
★ platos de papel
★ papel
★ tijeras

Materiales:

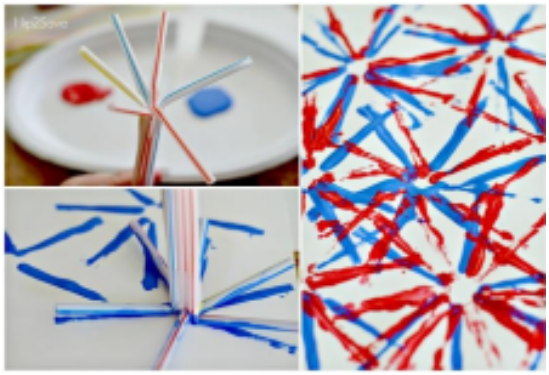
- ★ tenedores
- ★ plato de papel
- ★ pintura no tóxica
- ★ papel negro

Materiales:

- ★ cepillo pequeño
- ★ pintura no tóxica
- ★ papel
- ★ plato de papel

Materiales:

- ★ pajitas
- ★ papel
- ★ pintura no tóxica



Materiales:

- ★ pajitas
- ★ papel
- ★ plato de papel
- ★ pintura no tóxica

Salud

Pauline Jones, Coordinadora de salud de Head Start/Early Head Start; Shana and Darcie, enfermeras de UnityPoint.

Cómo el humo del tabaco afecta a la salud de su familia

La asociación entre la Oficina Nacional de Head Start y la División de Ambientes Interiores de la Agencia de Protección Ambiental de los EE. UU. tiene como objetivo reducir la exposición de los niños pequeños al humo del tabaco y otros desencadenantes del asma. Esta hoja de consejos ofrece información a los cuidadores sobre los peligros de la exposición de los niños al humo del tabaco. Las familias pueden usar los datos de esta hoja de consejos para saber qué puede pasar si exponen a sus hijos al humo del tabaco.

Todo el mundo sabe que fumar es malo para los fumadores, pero ¿sabía usted que respirar el humo del cigarrillo, la pipa o el cigarro de otra persona puede enfermarlo a usted y a sus hijos? Los niños que viven en hogares donde la gente fuma pueden enfermarse más a menudo con tos, sibilancias, infecciones de oído, bronquitis o neumonía. Los niños con asma pueden tener ataques de asma más graves o más frecuentes.

Los niños son particularmente vulnerables a los efectos del humo del tabaco porque todavía se están desarrollando físicamente, tienen una frecuencia respiratoria más alta que los adultos y tienen poco control sobre sus ambientes interiores. Los niños expuestos a altas dosis de humo, como aquellos cuyas madres o padres fuman, corren el mayor riesgo relativo de experimentar efectos perjudiciales para la salud.

Quizás ya sepas que ser fumador pasivo puede:

- ➔ Provocar cáncer en quienes no fuman
- ➔ Conduce a un mayor riesgo, infecciones respiratorias agudas, problemas de oído y asma más grave
- ➔ La exposición durante el embarazo provoca bajo peso al nacer
- ➔ La exposición de los padres u otros cuidadores causa enfermedades respiratorias en bebés y niños
- ➔ Causa muerte prematura y enfermedad en adultos y niños que no fuman
- ➔ Abrir las ventanas o usar ventiladores o acondicionadores de aire no detendrá la exposición al humo del tabaco
- ➔ El humo del tabaco también puede causar cáncer de pulmón y enfermedades cardíacas

Sabía que...

- ➔ El Cirujano General de EE. UU. dice que el humo del tabaco puede causar el Síndrome de Muerte Súbita del Lactante, también conocido como SIDS.
- ➔ El Cirujano General también afirma que la exposición al humo del tabaco durante el

embarazo o después del nacimiento puede causar leucemia, linfoma y/o tumores cerebrales infantiles.

Riesgos para la salud de los niños con asma

El asma es la enfermedad infantil crónica más común que afecta a 1 de cada 13 niños en edad escolar en promedio. La exposición al humo del tabaco puede causar nuevos casos de asma en niños que antes no habían mostrado síntomas. La exposición al humo puede desencadenar ataques de asma y hacer que los síntomas del asma sean más graves.

Protege a tu familia

Haga que su automóvil y su hogar sean libres de humo. Los familiares, amigos o visitantes nunca deben fumar dentro de su casa o automóvil. Puede convertirse en el héroe de un niño si mantiene una casa y un automóvil libres de humo. Únase a los millones de personas que protegen a sus hijos del humo del tabaco

Fuente: How Secondhand Smoke Affects the Health of Your Family. HHS/EPA. 2011. English. Last Updated: June 4, 2015

Quitline Iowa ofrece una variedad de programas que pueden ayudar a una persona en su viaje para dejar de fumar. Tienen programas gratuitos para dejar de fumar. Visita su sitio web iowa.quitlogix.org para más información o llame al 1-800-QUIT-NOW (784-8669).

QUITLINE IOWA

Seguridad con los fuegos artificiales

Fuente: National Safety Council, www.nsc.org, June 2022

★ El verano es sinónimo de barbacoas, desfiles y fuegos artificiales. El Consejo Nacional de Seguridad aconseja a todos que disfruten de los fuegos artificiales en exhibiciones públicas realizadas por profesionales y que no usen fuegos artificiales en casa. Pueden ser legales, pero no son seguros.

★ En 2017, ocho personas murieron y más de 12 000 resultaron heridas lo suficientemente grave como para requerir tratamiento médico después de incidentes relacionados con fuegos artificiales. De estos, el 50 % de las lesiones fueron de niños y adultos jóvenes menores de 20 años. Más de dos tercios (67 %) de las lesiones ocurrieron entre el 16 de junio y el 16 de julio. Y aunque la mayoría de estos incidentes se debieron a aficionados que intentaron utilizan fuegos artificiales o explosivos de grado profesional, caseros u otros ilegales, se estima que 1200 lesiones se debieron a dispositivos menos potentes como pequeños petardos y bengalas.

  Además, los fuegos artificiales provocan un promedio de 18.500 incendios cada año, incluidos 1300 incendios de estructuras, 300 incendios de vehículos y casi 17.000 incendios de otro tipo.

Fuegos artificiales comunes que pueden ser peligrosos:

★ **Bengalas**

○ Son mucho más peligrosos de lo que la mayoría de la gente piensa. Se queman a unos 2000 grados, lo suficientemente caliente como para derretir algunos metales.

○ Las bengalas pueden prender rápidamente la ropa.

○ Muchos niños han sufrido quemaduras graves porque las bengalas cayeron en sus pies.

★ **Cohetes de botella**
  ○ Estos pequeños cohetes están unidos a un palo, se encienden con un fusible y generalmente se disparan desde una botella.
  ○ Puede causar lesiones en el pecho, la cabeza y los ojos

★ **Petardos**

○ Diseñado para explotar en el suelo; diseñado para ser muy ruidoso
○ Puede causar quemaduras y otras lesiones

★ Velas romanas

○ Expulsar múltiples proyectiles explosivos de un tubo que el usuario sostiene en su mano

○ Ha habido numerosos informes de niños que perdieron dedos, con quemaduras graves y otras lesiones

Más consejos de seguridad:

- Consulte con el gobierno de su ciudad para ver qué es legal; muchas ciudades de Iowa han prohibido el uso de la mayoría de los fuegos artificiales
- Nunca use fuegos artificiales mientras esté bajo los efectos de las drogas o el alcohol.
- Nunca permita que los niños pequeños manejen fuegos artificiales.
- Los niños mayores deben usarlos solo bajo la estrecha supervisión de un adulto.
- Cualquiera que use fuegos artificiales o esté cerca debe usar gafas protectoras.
- Nunca los encienda en el interior
- Utilícelos únicamente lejos de personas, casas y de material inflamable.
- Encienda solo un dispositivo a la vez y mantenga una distancia segura después de encenderlo.
- Nunca encienda los dispositivos en un contenedor
- No intente volver a encender ni manipular fuegos artificiales que no funcionen correctamente.
- Remoje los fuegos artificiales sin usar en agua durante unas horas antes de desecharlos.

- Mantenga un balde de agua cerca para extinguir por completo los fuegos artificiales que no explotaron o en caso de incendio

Nutrición

Tracey Sauke, Dietista

Junio fue el Mes de la Herencia Caribeña Americana. Los caribeños estadounidenses tienen ascendencia en uno de los 13 países del Caribe. Los mariscos son una proteína que se sirve comúnmente y el bacalao es una opción popular debido a su versatilidad. Los ingredientes comunes incluyen: plátanos, frijoles, coco y más.

En junio, los niños de Maywood disfrutaron de una comida de celebración con nuggets de bacalao, plátanos al horno y ensalada de frijoles tropicales. ¡Disfrutaron de la deliciosa comida!

¡A los niños les ha encantado las comidas locales frescas! Hasta ahora hemos disfrutado de lechuga, fresas, yogur, espárragos y colinabo. ¡Las fresas son definitivamente sus favoritas!

En julio aprenderemos sobre los pepinos y celebraremos el mes de la herencia franco americana. ¡Prueba este divertida Merienda de cara de pepino y no te pierdas nuestro Boletín de nutrición de julio!

¡Visite nuestras páginas de Facebook para obtener más información sobre Tri-County!

Tri-County Head Start:

https://www.facebook.com/tcheadstart/

Lily Furgerson Head Start:

https://www.facebook.com/LilyFurgersonHeadStart

Maywood Head Start:

https://www.facebook.com/MW.HeadStart

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

Nuestra visión es cambiar el mundo paso a paso.

Tri-County Child & Family Development Council, Inc.