

## NOTICIAS

### Recordatorio sobre atrasos, apertura y cierre durante el invierno.

- Consulte las noticias sobre retrasos y cierres en el enlace que dice **Tri-County Head Start**, no en Tri-County Schools
- Si Waterloo Schools retrasa o cancela las clases, los centros del LCC y Maywood también lo harán.
- Si Waterloo Schools finaliza sus clases antes debido al clima, los centros LCC y Maywood también saldrán temprano y los padres deberán recoger a los niños.
- Si su centro está dentro de un distrito escolar, siga sus instrucciones.

### Precauciones durante el frío

#### Los niños son más vulnerables que los adultos a los efectos del clima frío.

- Vista a los niños con varias capas de ropa abrigada.
- No hay un tiempo determinado para que los niños jueguen al aire libre de forma segura cuando hace frío. Utilice su mejor criterio.
- Evite los abrigos cuando su hijo(a) esté sentado(a) en la silla del vehículo. En su lugar, coloque el abrigo o manta encima del niño una vez que lo haya atado de forma segura al asiento del vehículo.



## CALENDARIO

- Se reanudan las clases

6 de enero

- **Cerrado por desarrollo profesional del personal**

17 de enero

- **Reunión del Policy Council**

20 de enero, de 5:30 a 6:30 p. m.

- **Cerrado por el Día de Martin Luther King Jr.**

20 de enero

- **Reunión de la Junta Directiva**

21 de enero, de 5:30 a 6:30 p. m.

- **Taste & Talk: muestra de chile vegetariano**

27 de enero, de 2:30 a 5:00 p. m. en LLC

28 de enero, de 2:30 a 5:00 p. m. en Maywood

- **Socialización de Homebase Early Head Start**

29 de enero, hable su visitadora domiciliaria para obtener más detalles

### Sillitas y abrigos en los vehículos - ¿cuáles son mejores?



Material acolchado = arnés holgado

Abrigo liviano = arnés ajustado

Contáctenos



teamtricity.org



info@teamtricity.org



(319) 235-0383



Tri-County Head Start

## SALUD

### ¡Manténgase saludable, manténgase feliz!

Nuestras enfermeras ofrecen lecciones sobre lavado de manos y gérmenes en las aulas durante la temporada de resfriados y gripe.



#### Pasos para lavarse las manos

1. Mojarse las manos.
2. Usar jabón.
3. Frótar durante al menos 20 segundos.
4. Enjuagar las manos
5. Secarse

## NUTRICIÓN

Las verduras enlatadas son una opción saludable para incluir en su dieta.

Recogidas en su punto máximo de frescura  
Tan saludables como las frescas o congeladas  
Prácticas y económicas

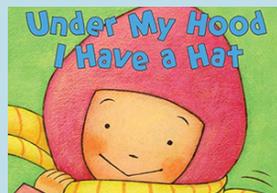
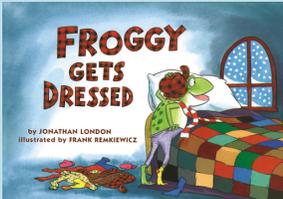


Si quiere hacer una comida fácil, pruebe el chile vegetariano

¡Haga clic aquí para ver nuestro menú de enero e información sobre el alimento destacado de este mes: los frijoles!

## TRABAJE PARA QUE SEAN AUTOSUFICIENTES

Haga que su hijo(a) practique cómo ponerse la ropa para la nieve. Esto le dará confianza y le ayudará a trabajar en la perseverancia al hacer cosas que pueden resultar frustrantes.



Consulta estos libros en la biblioteca o haz clic para ver el video

## ESTUDIANTES QUE APRENDEN EN DOS IDIOMAS

Las celebraciones de las fiestas en las culturas hispanas incluyen tradiciones divertidas como comer 12 uvas para tener buena suerte y los Reyes Magos.

En noviembre, los niños aprendieron a decir "gracias" en diferentes idiomas mientras creaban una manualidad con forma de pavo.



Conozca más sobre las tradiciones hispanas y vea las fotos

Los mejores refrescos son realmente simples: agua y leche.

Haga clic para leer más sobre las bebidas recomendadas para niños de 5 años o menos

## ¿Por qué los niños deben #ElegirAgua?

¡El agua es una excelente bebida para los niños!



**Es súper saludable:**  
0 calorías y no tiene azúcar agregado



**Es buena para el cuerpo:**  
ayuda a mantener las articulaciones y el flujo sanguíneo



**Es buena para la mente:**  
Mantenerse hidratado ayuda al enfoque y la concentración