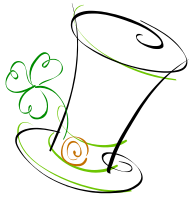


Webb County Head Start

HAPPY ST. PATRICK'S DAY

March 2011 Newsletter

From the Director's Desk: Aliza Oliveros

For the past 46 years, the Head Start program has enabled children of low-income families to be successful in preparing for future responsibilities in school and life. It is important to promote Head Start and Early Head Start by sharing your success story with friends, family and the general public. Let's work together to keep the benefits of Head Start around for generations to come.

Por 46 años, los niños de familias de bajos recursos han tenido éxito en enfrentar sus responsabilidades de escuela y de sus vidas por medio del programa de Head Start. Es muy importante que la comunidad de Head Start y Early Head Start promueva el programa compartiendo sus experiencias exitosas con él publico en general. Trabajemos juntos para mantener los beneficios que Head Start provee por muchas generaciones más.

PARENT INVOLVEMENT -Linda M. Payle

TIME OUT TIPS FOR PARENTS

By Texas Department of Family Protective Services

When babies cry: Sometimes, Babies Just Cry! It's perfectly normal for a baby to cry for 2-4 hours a day. They may be hungry, need a diaper change, need cuddling or may simply cry for no reason. When the stress level rises, it's time for a **TIME OUT!**

- Place the baby in a crib and walk away.
- Take a few minutes to yourself in another room.
- Ask a trusted friend, neighbor or relative to watch your child while you take a break or a nap.

When toddlers have tantrums: Toddlers can't always express their feeling with words. The way they let you know if they are tired or upset is with a temper tantrum.

- Distract the child and redirect his or her attention to something else.
- Put the child in time out so everyone can calm down.

ENVOLVIMIENTO DE PADRES

TIEMPO FUERA-Consejos para padres de familia

Cuando los bebes lloran: A veces los bebes lloran y lloran. Es perfectamente normal para un bebe que llore de 2 a 4 horas del día. Puede ser que tenga hambre, necesite que le cambie el pañal, que lo arrullen o simplemente los bebes lloran sin razón. ¡Cuando el nivel de estrés se eleva, es tiempo de tomar un **TIEMPO FUERA!**

- Ponga al bebe en su cuna y salga de la habitación.
- Tome unos minutos a solas en otra parte de la casa.
- Pregúntele a un amigo(a) de confianza, a un vecino o un familiar si puede cuidar al niño mientras que usted toma un descanso o una siesta para recargar sus energías.

Cuando los niños pequeños no se comportan: Los niños pequeños a veces no pueden expresar sus emociones con palabras. La manera en la que nos indican que están cansados o irritados es con un berrinche o rabieta. Trate de hacer lo siguiente:

- Distraiga al niño y dirija su atención a otra actividad.
- Puede poner al niño/a en un "tiempo fuera" por unos minutos

Health-Ana Maria Huerta,

Tips for Health Teeth-futuro.

Along with daily brushing and flossing, getting regular dental checkups and eating a good diet will help you keep your gums healthy and your teeth free of decay.

See your dentist regularly to have your teeth and gums cleaned and checked.

Get into a routine for brushing and flossing. Brush after meals and floss at least once a day.

Use fluoride toothpaste to help fight decay.

Avoid snacking on sugary foods. Instead eat fruits, vegetables, sugar-free cereals and crackers.

How to Brush:

Brush after meals, using soft toothbrush and fluoride toothpaste. Start at one place and work all the way around your mouth. Brush the front, back and top of each tooth. Hold the brush at 45° angle and gently brush the outer area using a circular or back and forth motion.

Brush the inner surface of the back teeth using the same circular or back and forth motion.

Clean the chewing surface using a scrubbing motion. Brush your tongue, then rinse well.

** Please continue with your child's appointments for dental treatments or cleaning. It is very important to finish their recommended treatment to avoid serious problems.

Salud

Consejos para unos dientes Sanos

Para unos dientes sanos cepille sus dientes después de cada alimento. Mantenga chequeos dentales regularmente.

Siga una dieta sana y balanceada. Esta dieta ayuda a que los dientes estén libres de caries y una encilla sana.

Visite a su dentista regularmente para la limpieza de dientes y encilla.

Siga una rutina para cepillar y limpiar los dientes después de cada comida.

Use pasta con fluoruro para prevenir caries.

Evite comer comidas que contengan azúcar. Coma frutas, vegetales y cereales sin azúcar.

Como cepillarse sus dientes:

Cepíllese después de cada comida usando un cepillo suave y una pasta con fluoruro. Comience de un lado a otro y trabaje todo alrededor de la boca, cepille en frente, detrás y arriba de cada diente.

Mantenga el cepillo a 45° ángulo y con cuidado cepille lo de afuera de los dientes una moción circular de enfrente hacia atrás.

Cepillese por dentro de los dientes y atrás asiendo una moción circular de enfrente hacia atrás.

Voltee el cepillo usando la punta del cepillo para limpiarse los dientes de arriba y de abajo.

Limpie la superficie masticable usando una moción circular. Cepillese su lengua, después enjuáguese bien.

** Favor de seguir con todas las citas para tratamiento dental. Es muy importante que termine con el tratamiento dental recomendado para evitar problemas mas serios en el futuro.

Education

Estela Salazar, Education Director
Juana María Martínez, Education Coordinator

"Yo Soy Especial"

I want to take this time to advise you of the lessons that will take place in April. During the months of April and May from 4/26 to 5/6 the classrooms will be implementing a bilingual, culturally appropriate child abuse prevention curriculum. The early intervention education model will serve in educating our children in recognizing how to prevent child abuse and child abductions. The focus of this model is to teach children how to protect themselves against sexual abuse and child abduction. The curriculum will teach children the importance of good self esteem, healthy "sentimientos" or feelings, and the need to stay healthy, and safe! The curriculum contains individual lesson objectives and take home activities. Each lesson is presented in the time frames of 15 minutes. We would like to invite you to the classrooms during this time. Please schedule your visit with the classroom teacher.

During the month of March S.C.A.N. and Child Protective Services will be going to the parent meetings and give a very interesting and informative presentation on this topic. Please check the date when the parent meeting at your center will take place and make every effort to attend. The Education Content Area will also be present at this time to give information on the Child Abuse lessons taking place in April.

Educacion

"Yo Soy Especial"

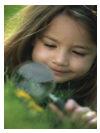
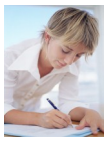
Quiero tomar este tiempo para avisarles de unas lecciones que se llevarán a cabo en el meses de Abril y Mayo. Durante las fechas del 25 de Abril al 6 de Mayo las clases estarán llevando a cabo un plan de estudios cultural, bilingüe y apropiado para los niños en cómo prevenir abuso de niños. Este será un modelo de intervención educacional que servirá para educar a nuestros niños en cómo reconocer y prevenir el abuso y secuestro de niños. El modelo se usará para enseñarles a los niños cómo protegerse en contra de abuso sexual y secuestro.

El plan de estudios les enseñará la importancia de tener un buen auto-estima, "sentimientos" saludables, y la necesidad de estar físicamente saludables y seguros. Este plan contiene lecciones con objetivos individuales y actividades para llevar a casa. Cada lección se presentará en tiempos de 15 minutos. Quisiéramos invitarlos a las clases durante este tiempo. Por favor revisen el horario con sus maestras para su visita en la clase.

Durante el mes de marzo S.C.A.N. y "Child Protective Services" van a estar asistiendo a las juntas de padres en los centros para dar una presentación muy interesante e informativa. Por favor cheque cuándo es la junta en su centro para que haga planes de asistir. Las Asistentes de Educación van a estar presentes para darles información de las lecciones que se llevarán a cabo en abril.

Fatherhood Involvement

Educational Concepts

Non TSR **Theme 8: Sea Life/Reptiles**	Habitat 	Kinds 	Parts 	Foods
TSR **Theme 8: Let's Explore**	Observing our World 	Sorting & Classifying 	Recording What We Observe  	Interpreting What We 
EHS **Theme 8: Spring**	Wind 	Trees 	Plants 	Rainy Days

Parent Committee Meeting Presentations

Education Content Area

Prevention / Awareness of Child Abuse and Neglect lessons

Talk to your children!
Prevention /Awareness
On Abuse and Neglect

<u>There are no secrets!!</u>
<u>YOU LOVE THEM</u>

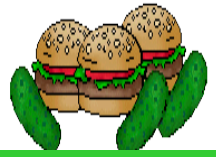
Happy Birthday!
Head Start Staff:

2/ Claudia Rubio
3/Shirley Martinez
8/Graciela Rangel
8/Rosangela Velasco
11/Miriam Hdz. Raygoza
16/Maria D. Lopez
17/Belinda Magaña
22/Paula Salinas
24/Diana E. Garcia
24/Claudia Ramirez
28/Juanina Martinez
31/ Melissa Reyes

Field Trip
Ni♫os Alegres
Larga Vista
Sierra Vista

MARCH 2011

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
		1 Jesus Garcia Little Folks	2 Executive Meeting 1100 Hendricks 9:30 Floyd Finley	3 Springfield A. Larga Vista	4 Jorge O.DLG Villa Alegre	5
6	7 Guadalupe Sierra Vista	8 Little Palominos Magic Corner	9 Tatangelo II Prada Early Head Start	10 Roosevelt Niños Alegres	11 Russell Terrace Los Presidentes	12
13	14 	15 SPRING BREAK - NO CLASSES	16	17 	18	19
20	21	22 El Cenizo Tatangelo I	23	24 Policy Council Meeting 10 a.m. 5904 West Dr.	25	26
27	Head Start 28 Proclamation Commissioner's Court Meeting	29	30	31		

Mon	*Tues*	*Wed*	*Thu*	*Fri*
 Hamburger & Pickle Month	1 B- Milk 6oz. Honey Nut Cherrios 1 banana L Milk 6 oz. Salisbury Steak c1 brown gravy Wheat bread 1/2 slice Green beans 1/4 c. Fruit Cocktail 1/4 c. S- Teddy Grahams 1 pkg. Orange Juice 4 oz. 	2B Milk 6oz. *Beans & cheese 1/4 c. Wheat tortilla 1/2 Orange 1* L-Milk 6oz. , Beef bean burrito 1 chesse 1 peas and carrots 1/4c. Apricots 1/4 c s 4 *S Graham Cracker 2 Jelly 1 Orange Juice 4 oz.* **Thursday's Breakfast will be sent today**	**3 B Milk 6 oz. Rice Krispies 1 banana 1** **L- Milk 6 oz.. Meat ball 4 spaghetti w marinara sauce 1/4 c. Fruit cocktail with Jell-O 1/3 Diced Carrot 1/4 c.** **S– Oatmeal Cookie 1 Orange Juice 4 oz..**	4B-Milk 6oz. Whole Wheat Pan Cake 1 , Orange 1 syrup 1 **L**–Milk 6 oz. . Grilled chicken 1 Chicken broth gravy slice buttered broccoli Normandy 1/4 c. pineapple tidbits. 1/4 c. Macaroni with cheese 1/4 c. S- banana 1 yogurt 1 tablespoon Milk 4 oz.
7B 2 B-Milk 6 oz.,,french Toast 1, syrup 1 Diced pears 1/2 L-Milk 6 oz. Fish sticks 3 1/2 c Ketchup 1 L Chicken chicken broth gravy1/2 slice wheat bread RT/MC peas and carrots 1/4c. Apricot 1/4 S-*Orange Juice 4 oz., Wheat Crackers 6* **Tuesday's Breakfast will be sent today**	8 BMilk 6 oz. Honey nut Cherrios 1 banana L-Milk 6 oz. Diced weiner 1/4 c. Wheat hot dog bun 1 mustard 1 ketchup 1 green beans 1/4 c. orange wedges 1/2 S-Oatmeal cookie 1 Orange Juice 4oz. .	9 BMilk 6 oz. Pan Cake syrup 1 diced peaches 1/2 c. L– Milk 6 oz. tuna 2 oz. *Apricots 1/4 coz.* *Pickle spears 6 Wheat crackers 6* *S– fish crackers 1 ounce cream cheese 1 oz.orange juice 4 oz.* *S–* **Thursday's Breakfast will be sent today**	10 B Milk 6 oz. Cherrios 1 banana 1 L- Milk 6 oz. Spaghetti w/ ground beef 1/2 c Peas 1/4c.1/4 c. Fresh Orange 1/2 S red apple 1 Milk 4 oz. Tomorrow's Meals will be sent today. Kitchen staff will meet from 8:30 to 11:15 **At Floyd Kitchen for Training**	**11** B-Milk 6 oz L-Milk 6 oz. –Fish sticks 3 ketchup 1 . Diced Carrots 1/4 c. crushed pineapple with cherries 1/4 c. cheese macaroni 1/4 c.. *S– Ritz Cracker 6 Orange Juice 4 oz*
14	Spring Break			
21B-Milk 6oz. Egg/bacon breakfast buddy 1, Fresh Orange 1 Toast 1/2 **L**–. Milk 6 0z. Ham and Cheese Macaroni 1/2 c. Fresh Red apple 1/2 broccoli 1/4 c. S- Orange juice 4 oz. Teddy grahams 1 **Tuesday's Breakfast will be sent today**	22B-Milk 6oz. Cherrios Cereal 1, banana 1., Milk 6 oz. Salisbury Steak 1 with gravy peas and carrots 1/4 c, . Macaroni 1/4 cc fresh Orange 1/2. *. S– Fresh Golden Apple 1 Milk 4 0z..*	*23B Milk 6 oz. biscuit 1 melted American Cheese 1/2 slice Red apple 1* *L Milk6 oz. grilled chicken 1 diced carrots 1/4 c. Mexican Rice 1/4 c Diced Pears 1/4 c.* *S– Orange Juice 4 oz. Wheat crackers 6 .* **Thursday's Breakfast will be sent today**	24B-Milk 6 oz. Corn Flakes 1 banana 1 L- Milk 1/2 Pint, ground meat /w potato Wheat bread 1/2 green beans 1/4 c. **pineapple tidbits** 1/4c. S– *Orange Juice 4 oz, Cheddar Goldfish 1 oz.*	25Milk 6oz. French Toast 1 fresh Orange 1 Syrup 1 L Milk 6 oz. Tuna salad 1/4 c. pickle spears 6 apricots with crushed pineapple 1/4 c. wheat crackers 6 S-Oatmeal Cookie 1 Orange Juice 4 oz.
28 Milk 6 oz. Whole Wheat Pan cake 1. Fresh Orange 4 oz. Syrup 1/2 ***L Milk 6 oz. Diced Weiners with pinto beans 1/2c. Apricots with pineapple 1/4 c. Peas 1/4c. Wheat bread 1/2 sl. .*** ***S– Graham Crackers 2 -Milk 4 oz.***	29B-Milk 6 oz. Corn Flakes 1 banana 1 L-Italian food -Milk 6oz., Meat balls 4 /w spaghetti with marinara sauce ½ c green beans 1/4 c. **pineapple tidbits** 1/4c. S– *Orange Juice 4 oz, cheese 1 slice Wheat bread 1/2 slice*	30 B-Milk 6 oz.– Wheat flour tortilla 1 refried beans with cheese 1/4 c. Diced Peaches 1/2 c. **L- Chinese Food Milk 6 oz. Diced** Cubed beef 1/4 c. with reriyaki broccoli 1/4 c. . Fresh Orange 1/2 . S– banana 1 pudding 1/4 c. Milk 4 oz. Breakfast last will be sent today	*31B Milk 6 oz. banana 1 rice krispies 1* *L– Milk 6 oz. Diced Chicken 1/4 c. vermicelli 1/4 c. pinto beans 1/4 c. Apricots 1/4c lettuce/tomato 1/4 c* *S– Orange Juice 4 oz. Ritz Crackers 6.*	