



HEAD START PROGRAM

(ZERO-TO-FIVE)

PARENT HANDBOOK/MANUAL PARA PADRES

2016-2017

OUR MISSION

Community Action develops opportunities for people and communities to realize their potential



Texas Home Visiting Program
Good People • Great Parents



From the Desk of the Head Start Program Director

Welcome to the Community Action, Inc. of Central Texas Head Start Program! We are very happy to have you and your child as we look forward to a wonderful year. Thank you for joining us!

Head Start staff knows that children love to learn and we work hard to help them in their search for knowledge and skills. Our Head Start Program is a safe and caring place for children to learn and grow. As the parent, you are your child's first and the most important teacher. Head Start Program offers tools that can help you reach your goals for yourself and your family. We look forward to working with you!

Yours Truly,

Suad Hooper

Suad Hooper
Head Start Program Director 512-396-3395 X228
shooper@communityaction.com



"You're off to Great Places!
Today is your day!
Your mountain is waiting,
So... get on your way!"
Dr. Seuss, *Oh, The Places You'll Go!*



Desde el Escritorio de la Directora del Programa de Head Start

¡Bienvenidos al programa de Head Start de Community Action, Inc. de Central Texas! Estamos muy contentos de tenerlos a usted y a su hijo al mirar hacia un gran año escolar. ¡Gracias por unirse a nosotros!

El personal de Head Start sabe que a los niños les encanta aprender y nosotros trabajamos duro para ayudarles en su búsqueda de sabiduría y habilidades. Nuestro programa de Head Start es un lugar seguro y cariñoso en donde los niños pueden aprender y crecer. Como el padre, usted es el primer y más importante maestro de su hijo. El programa de Head Start ofrece los recursos para ayudarle a lograr las metas de usted y de su familia. ¡Estamos ansiosos de trabajar con usted!

Atentamente,

Suad Hooper

Suad Hooper
Directora del Programa de Head Start
512-396-3395 X228
shooper@communityaction.com



"You're off to Great Places!
Today is your day!
Your mountain is waiting,
So... get on your way!"
Dr. Seuss, *Oh, The Places You'll Go!*

HEAD START PROGRAM ADMINISTRATIVE OFFICE

722 S. McKie Street
P.O. Box 1246
San Marcos, TX 78667

PHONE NUMBER:
(512) 396-3395

FAX NUMBER:
(512) 392-1661 [Director/ /Operations Side/Parent Training] (512) 396-2243
[Health/Nutrition/ERSEA/Family Services Side/ Education]

Hours of Operation: 8:00 am – 12:00pm & 1:00pm – 5:00pm

FAMILY/STAFF INVOLVEMENT & DEVELOPMENT COORDINATOR
Edith Rivera ext. 205
erivera@communityaction.com

EDUCATION SERVICES COORDINATOR
Sadie Ellner, ext. 201
sellner@communityaction.com

DISABILITY / CHILD DEVELOPMENT COORDINATOR
Jova Gamboa-Torres ext. 221
jtorres@communityaction.com

NUTRITION & HEALTH SERVICES COORDINATOR
Mylinda Zapata ext. 227
mzapata@communityaction.com

OPERATIONS COORDINATOR
Wanda Gann ext. 225
wgann@communityaction.com

ERSEA & FAMILY SERVICES COORDINATOR
Amanda Perez ext. 203
aperez@communityaction.com

ERSEA SPECIALIST
Ashley Sanchez ext. 229
Ashley.sanchez@communityaction.com

CHILD & FAMILY WELLNESS COORDINATOR
Jennifer McCulley ext. 206
jmcculley@communityaction.com

HEALTH & NUTRITION SERVICES SPECIALIST
Alicia Olivarez ext. 204
aolivarez@communityaction.com

OPERATIONS SPECIALIST
Elias Lujano ext. 207
elujano@communityaction.com

ADMINISTRATIVE ASSISTANT TEAM

EXECUTIVE ASSISTANT/CASUAL STAFF SUPERVISOR
Viviana Rodriguez ext. 202
vrodriguez@communityaction.com

Nancy Banning, ext. 208
nbanning@communityaction.com

Patricia Sanchez ext. 222
psanchez@communityaction.com

PROGRAMA DE HEAD START – OFICINA ADMINISTRATIVA

722 S. McKie Street
P.O. Box 1246
San Marcos, TX 78667

NUMERO DE TELÉFONO:
(512) 396-3395

NUMERO DE FAX:
(512) 392-1661 [Lado de la Directora/Operaciones/Entrenamiento de Padres]
(512) 396-2243 [Lado de Salud/Nutrición/ ERSEA/Servicios para la Familia/ Educación]

Horario de Operación: 8:00 am – 12:00pm & 1:00pm – 5:00pm

COORDINADORA DE PARTICIPACIÓN Y DESARROLLO
DE FAMILIAS/PERSONAL
Edith Rivera ext. 205
erivera@communityaction.com

COORDINADORA DE SERVICIOS DE EDUCACIÓN
Sadie Ellner, ext. 201
sellner@communityaction.com

ESPECIALISTAS DE EDUCACIÓN/DISCAPACIDADES
Jova Gamboa-Tores ext. 210
jtorres@communityaction.com

COORDINADORA DE NUTRICIÓN Y SALUD
My linda Zapata ext. 227
mzapata@communityaction.com

ESPECIALISTA DE SERVICIOS DE SALUD Y NUTRICIÓN
Alicia Olivarez ext. 204
aolivarez@communityaction.com

COORDINADORA DE ERSEA Y SERVICIOS PARA LA
FAMILIA
Amanda Pérez ext. 203
aperez@communityaction.com

ESPECIALISTA DE ERSEA
Ashley Sanchez ext. 229
asanchez@communityaction.com

COORDINADORA DE BIENESTAR DE NIÑOS Y
FAMILIA
Jennifer McCulley ext. 206
jmcculley@communityaction.com

COORDINADORA DE OPERACIONES
Wanda Gann ext. 225
wgann@communityaction.com

ESPECIALISTA DE OPERACIONES
Eliás Lujano ext. 207
elujano@communityaction.com

EQUIPO DE ASISTENCIA ADMINISTRATIVA

ASISTENTE EJECUTIVO/SUPERVISORA DE MAESTRAS SUBSTITUTAS
Viviana Rodriguez ext. 202
vrodiguez@communityaction.com

ASISTENTES ADMINISTRATIVOS
Patricia Sanchez ext. 222
psanchez@communityaction.com

Nancy Banning
nbanning@communityaction.com

ABOUT OUR PROGRAM

- 📖 Acceptance into Head Start program is based on age and income eligibility set by the Federal Poverty Guidelines. Each Family must meet the federal requirement for eligibility. This system ensures that children and families with greatest need benefit from our comprehensive services.
- 📖 Head Start operates on a school calendar, August through May. Early Head Start operates August through July.
- 📖 Sites are open Monday through Friday, except for local school closings, posted holidays and staff development days.
- 📖 Applications and required documents may be submitted any time, to any center.
- 📖 Selection Criteria based on community needs assessment is in place. Children are selected annually and as openings occur throughout the year.
- 📖 A copy of the Head Start Performance Standards & Regulations is available for review in the Center Director's office, and online. If any changes are made, parents will be notified in writing within thirty days.
- 📖 Parents may review and discuss any Head Start policy or procedure at any time. Center Directors, Family Advocates, or Administrative Staff are available to answer any questions or concerns you may have.
- 📖 Parents may view the Minimum Standards for Childcare Centers by request in the Center Director's office or online.
- 📖 The center's most recent licensing inspection report is posted at the center.
- 📖 Parents have the right to call or visit:
The local Child Care Licensing office,
1901 Dutton Dr.
San Marcos, Texas 78666
Phone: 512-753-2256
www.dfps.state.tx.us

Public Acknowledgement of Reporting Child Abuse

All Staff are required by state law to report any suspected child abuse or neglect to Child Protective Services immediately. Teachers and other professional staff are required to file a report with a law enforcement agency or Child Protective Services within 48 hours of the event that led to the suspicion. Under state law, any person reporting child abuse or neglect is protected from liability unless the report is made in bad faith or with malicious intent. Community Action, Inc. of Central Texas Head Start Program requires all staff to report any suspected case of child abuse and neglect to the proper authorities.

SOBRE NUESTRO PROGRAMA

- 📖 Aceptación en el programa de Head Start está basado en la edad y los ingresos de elegibilidad que fueron puestos por las Guías Federales de Pobreza. Cada familia debe cumplir con el requerimiento federal de elegibilidad. Este sistema asegura que los niños y las familias con la necesidad más grande beneficien de nuestros servicios integrales.
- 📖 Head Start opera del calendario escolar, de agosto a mayo. Early Head Start opera de agosto a julio.
- 📖 Los centros están abiertos de lunes a viernes, con excepción de días cuando la escuela local está cerrada, días festivos, y días de desarrollo del personal.
- 📖 Solicitudes y los documentos requeridos pueden ser entregados en cualquier tiempo, a cualquiera de nuestros centros.
- 📖 El criterio de selección basado en la evaluación de las necesidades de la comunidad es usado. Los niños son elegidos anualmente y cuando se abre un espacio durante el año.
- 📖 Una copia de las Normas y Reglamentos de Funcionamiento de Head Start está disponible para revisión en la oficina de la directora del centro. Si cambios son hechos, se le avisara a los padres por escrito y electrónicamente en treinta días.
- 📖 Los padres pueden revisar y discutir sobre cualquier póliza o procedimiento de Head Start en cualquier tiempo. Las directoras del centro, trabajadores sociales, o el personal de administración están disponibles para contestar cualquier pregunta o preocupación que pueda tener.
- 📖 Los padres pedir revisar las Normas Mínimas de Centros de Cuidado de Niños que se encuentra en la oficina de la directora del centro.
- 📖 El más reciente informe de inspección de licencia del centro está anunciado en el centro.
- 📖 Los padres tienen el derecho de llamar o visitar:
La oficina local de Licencias para Cuidado de Niños
E 1901 Dutton Dr. *San Marcos*, Texas 78666
Número de Teléfono: 512-753-2256
www.dfps.state.tx.us

Departamento de Servicios de Protección y Familia de Texas:

1-800-252-5400 o visite la página de internet de TDFPS (www.txabusehotline.org) para más información.

Todo el personal recibe entrenamiento anual en cómo identificar y reportar abuso infantil y negligencia como es requerido por el Departamento de Servicios de Protección y Familia de Texas.

Texas Department of Family and Protective Services child abuse hotline:
1-800-252-5400 or visit the TDFPS website (www.txabusehotline.org) for more information.

**All Staff receive annual training on identifying and reporting child abuse and neglect as required by
Texas Department of Family and Protective services**

Confidentiality

All forms/information on children are considered confidential and are seen only by the appropriate Head Start staff. Head Start records are kept in an individual folder inside a locked filing cabinet. Access to children's records is limited to authorized persons who have written permission from the parent.

All information that you provide for your child's enrollment/participation in our program is CONFIDENTIAL and will not be released to anyone without a court order or your written permission. The only exception is in instances of suspected child abuse or neglect.

Community Resource Guide

A Community Resource Guide about community: agencies, programs and services such as food stamps, employment assistance, housing, mental health, health, domestic violence, substance abuse, counseling, etc. is distributed to all enrolled families.

Anuncio Público acerca de Reportes de Abuso Infantil

Todo el personal esta requerido por ley reportar cualquier sospecha de abuso infantil o negligencia a los Servicios de Protección de Niños inmediatamente. Las maestras y el resto del personal profesional son requeridos rendir una declaración con la agencia de policía o con los Servicios de Protección de Niños dentro de 48 horas del evento que llevo a la sospecha.

Bajo la ley estatal, cualquier persona reportando abuso infantil o negligencia está protegida de responsabilidad al menos que el reporte haya sido hecho en mala fe o con mala intención. El programa de Head Start de Community Action, Inc. de Central Texas requiere que todo el personal reporte cualquier sospecha de abuso infantil o negligencia a las autoridades correspondientes.

Confidencialidad

Todos los formularios/información sobre los niños son considerados confidenciales y solo son vistos por el personal apropiado de Head Start. Los registros de Head Start se mantienen en una carpeta dentro de un archivo cerrado con llave. Acceso a los registros de los niños está limitado a solo personal autorizadas que hayan recibido permiso por escrito del padre.

Toda la información que usted de para la inscripción/participación de su niño en el programa es CONFIDENCIAL y no será divulgada a nadie sin una orden de la corte o sin su permiso por escrito. La única excepción es en los casos de sospecha de abuso o negligencia infantil.

Guía de Recursos Comunitarios

Una Guía de Recursos Comunitarios sobre su comunidad: agencias, programas y servicios así como estampillas para comida, asistencia de empleo, vivienda, salud mental, salud, violencia doméstica, abuso de sustancias, consejería, etc. está distribuida a todas las familias inscritas.

Child and Adult Care Food Program (CACFP)

CAI Head Start program Participates in CACFP funded by U.S. Department of Agriculture and Nutrition services administered in Texas by Texas Department of Agriculture.

Non Discrimination Policy Statement

Community Action, Inc. of Central Texas (Community Action, Inc.) hereby affirms its commitment to equal opportunity for all qualified individuals to apply for and participate in employment opportunity, agency programs and agency planning, advisory and/or policy boards, without regard to race, color, creed, national origin, religion, political affiliation, physical or mental disability, temporary medical condition, sex, sexual orientation, age or veteran status.

Community Action, Inc. prohibits its employees from discriminating against any client or applicant for agency services based on race, color creed, national origin, religion, political affiliation, physical or mental disability, temporary medical condition, gender, sexual orientation, age or veteran status.

Community Action, Inc. has designated Keith Herington, as the Section 504/ADA coordinator responsible for coordinating the efforts of its' facilities to comply with and carry out its responsibilities under the Section 504 of the Rehabilitation Act of 1973, and the Americans with Disabilities Act (ADA) of 1990.

For information about provisions of the ADA and your rights under Section 504/ADA, please contact the ADA Coordinator at: Community Action, Inc., P.O. Box 748, San Marcos, TX 78667-0748 or by calling 512-392-1161, ext. 311, or by email at kherington@communityaction.com.

Standard of Conduct and Ethics

All parents, staff, consultants and volunteers are expected to follow the Program's standard of conduct. Adults must role model these standards of conduct by respecting unique identity of each child and family.

All adults must:

- Follow Program confidentiality policies concerning information about children, families, and other staff members
- Ensure no child is left alone or unsupervised while under your care: indoor, outdoor, cars and buses.
- Use positive method of child guidance and discipline.

Strictly prohibited: Corporal punishment, emotional and physical abuse, use of food as reward or punishment, and denial of child's basic needs.

Programa de Cuidado Alimenticio de Niños y Adultos (CACFP por sus siglas en ingles)

El programa de Head Start de CAI participa en CACFP que está fundado por el Departamento de Servicios de Agricultura y Nutrición de E.E.U.U. administrado en Texas y por el Departamento de Agricultura de Texas.

Declaración de Póliza de No Discriminación

Community Action, Inc. de Central Texas (Community Action, Inc.) por este medio ratifica su compromiso con la igualdad para todos los individuos calificados para solicitar y participar en oportunidades de empleo, los programas de la agencia y de la planificación de la agencia, mesas de política y/o de asesoramiento, sin importar la raza, color, credo, origen nacional, religión, afiliación política, discapacidad mental o física, condición médica temporaria, sexo, orientación sexual, edad o estatus veterano.

Community Action, Inc. prohíbe a sus empleados discriminar a cualquier cliente o persona que solicite servicios de la agencia basados en raza, credo de color, origen nacional, religión, afiliación política, discapacidad mental o física, condición médica temporaria, genero, orientación sexual, edad o estatus veterano.

Community Action, Inc. ah designado a Keith Herington, como el coordinador de la Sección 504/ADA que es responsable por coordinar los esfuerzos de estas instalaciones para cumplir con y llevar acabo las responsabilidades bajo la sección 504 de la Ley de Rehabilitación de 1973, y la Ley de Americanos con Discapacidades (ADA por sus siglas en ingles) de 1990.

Para información sobre provisiones del ADA y sus derechos bajo la sección 504/ADA, favor de contactar al coordinador de ADA en: Community Action, Inc., P.O. Box 748, San Marcos, TX 78667-0748 o llamando al 512-392-1161, ext. 311, o por correo electrónico a kherington@communityaction.com.

Normas de Ética y Conducta

Se espera que todos los padres, personal, consultores y voluntarios sigan las normas de conducta del programa. Los adultos deben modelar estas normas de conducta, respetando la identidad única de cada niño y familia.

Todos los adultos deben:

- Seguir las políticas de confidencialidad del programa cuando se trate de la información de los niños, familias, y otros miembros del personal.
 - Asegurar que ningún niño se quede solo o sin supervisión mientras esta bajo su cuidado: adentro, afuera, en caros o camiones.
 - Usar métodos positivos para la guía y disciplina del niño.
- Esta estrictamente prohibido:** el castigo corporal, emocional, o el abuso fisico, uso de comida como premio o castigo, o el negar las necesidades básicas del niño.

PROGRAM OPERATIONS

OPERACIONES DEL PROGRAMA





PROGRAM OPERATIONS

Wanda Gann, Operations Coordinator

The Program provides safe and secure place for children to learn.

FACILITIES

Emergency Preparedness Plan/Evacuation

- ☞ Emergency Procedures in response to fire, flood, severe storms or any natural disaster are included in the Crisis Management Manual. The Manual is available at site (ISD sites follow ISD plan).
- ☞ Emergency Evacuation Procedures will be posted at each center. The procedures will include the floor plan of the center and the plan. .
 - Early in the school year parents will receive information of the location where children will be taken should the center need to be evacuated.
 - If a center is evacuated the parents will be contacted and provided with instructions on where to pick up their child.

The full Facility Service Plan may be reviewed on the Community Action Inc. website (www.communityaction.com) or by request to the Center Director

Notice of Gang-free Zone

Under Texas law any area within 1000 feet of a child-care center is a gang-free zone. Crimes related to organized criminal activity are subject to harsher punishment.

Drug Free Workplace

Under the Federal Drug-Free workplace Act, All Community Action, Inc. properties is declared drug-free workplace. It is prohibited to distribute, dispense, possess, or use controlled substance in the workplace.

No Smoking Policy

As per Program Instruction ACYF-PI-HS-95-04, "Establishing a Smoke –Free Environment in Head Start Program", all Head Start grantees are required to create a smoke-free environment and eliminate exposure to tobacco smoke by children, staff, and parents in the Program. Community Action, Inc. of central Texas provides a smoke-free environment for children, staff and parents.

OPERACIONES DEL PROGRAMA

Wanda Gann – Coordinadora de Operaciones



El Programa provee un lugar seguro para que los niños aprendan.

INSTALACIONES

Plan para Preparación de Emergencia y Evacuación

- 📄 Los procedimientos de emergencia en respuesta a incendios, inundaciones, tormentas severas o cualquier otro desastre natural son incluidos en el Manual de cómo Manejar una Crisis. El manual está disponible en el centro. (Los centros dentro de una escuela del distrito siguen el plan del distrito).
- 📄 Los procedentes de evacuación de emergencia estarán publicados en cada centro. Los procedimientos incluyen el plan de evacuación y el mapa del centro.
 - Al principio del año escolar, los padres recibirán información sobre la locación donde los niños estarán si es que el centro tuvo que ser evacuado.
 - Si un centro es evacuado los padres serán contactados y se les dará instrucciones de donde recoger a sus niño.

El plan complete de Servicios de Instalaciones puede ser revisado en la página de internet de Community Action Inc. (www.communityaction.com) o pidiéndoselo a la directora del centro

Aviso de Zona libre de Pandillas

Bajo la ley de Texas cualquier área dentro de 1000 pies de un centro de cuidado de niños es una zona libre de pandillas. Crímenes relacionados con actividades del crimen organizado son sujetos a castigos más severos.

Lugar de trabajo libre de drogas

Bajo la ley federal de una Área de Trabajo Libre de Drogas, todas las instalaciones de Community Action, Inc. De Central Texas son declaradas lugares libres de drogas. Está prohibido distribuir, dispensar, poseer, o usar sustancias controladas en el lugar de trabajo.

Política de No Fumar

De acuerdo con la Instrucción del Programa ACYF-PI-HS-95-04, "Estableciendo un Ambiente en el Programa de Head Start Libre de Humo de Tabaco", todos los empleados de Head Start son requeridos crear un ambiente libre de humo de Tabaco y iluminar la exposición de humo de tabaco a niños, personal, y padres en el programa. Community Action, Inc. of Central Texas provee un ambiente libre de humo de tabaco para los niños, personal, y padres.

TRANSPORTATION

Transportation services available at most public school sites provided by the public school transportation department

Head Start Program provides the following transportation only in limited cases:

- 📖 Daily transportation for children with disabilities who need transportation to get to and from school
- 📖 Temporary transportation assistance is offered only under limited, special circumstances on a case by case basis. Must be approved by the Operations Coordinator.
- 📖 Transportation Safety & Pedestrian training is provided to parents and children within 30 days of enrollment
- 📖 Transportation is provided for some field trips.

The full Transportation Service Plan may be reviewed on the Community Action Inc. website (www.communityaction.com) or by request to the Center Director

Pedestrian Safety & Bus Safety Training Information

Safety Education information must be provided to all Head Start Program Parents/guardians and children within the first thirty (30) days of child's entry into the program.



TRANSPORTACIÓN

Servicios de transportación están disponibles en la mayoría de centros localizados dentro del distrito escolar y es proveído por el departamento de transportación de la escuela pública.

El programa de Head Start provee los siguientes tipos de transportación en casos limitados:

- ☞ Transporte diario para niños con discapacidades que necesitan transportación hacia y de la escuela.
- ☞ Asistencia temporal de transporte es ofrecido solo bajo circunstancias limitadas y especiales y basado de caso a caso. Debe ser aprobado por la Coordinadora de Operaciones.
- ☞ A los padres y niños se les da un Entrenamiento de Seguridad de Transporte y Peatonal dentro de 30 días de inscripción
- ☞ Transportación es proveída para algunas excursiones de la escuela

El plan completo de Servicios de Transportación puede ser revisado en la página de internet de Community Action Inc. (www.communityaction.com) o pidiéndoselo a la directora del centro

Información de Entrenamiento de Seguridad Peatonal y Seguridad de Autobús

Información sobre Educación de Seguridad debe ser proveída a todos los padres/guardianes y niños del programa de Head Start dentro de treinta (30) días de la entrada al programa.



Basic Car Seat Safety

Don't put your child at risk—buckle up the right way on every ride!



All children must use a car seat, booster seat or seat belt.

- ☒ My child always rides in a back seat and never in front of an airbag.
- ☐ Everyone in my car buckles up on every ride using the right car seat, booster seat or seat belt for each person's age and size.
- ☐ My child's car seat has all of its parts, labels and instructions and has never been in a crash.
- ☐ I follow the instructions for my car and my car seat so that my child is buckled in right.
- ☐ I never leave my child alone in a car.
- ☐ If I have any car seat questions, I know I can contact Safe Kids USA.

www.safekids.org

Safe Kids USA
202-662-0600
1301 Pennsylvania Avenue, NW
Suite 1000
Washington, DC 20004

Proud Sponsor



Proud Program Supporter



Babies under 2 use rear-facing car seats

- ☒ She always rides in a back seat and never in front of an air bag.
- ☐ She always rides in a car seat made for her size and age.
- ☐ She sits facing the back of the car in her car seat.
- ☐ The straps are snug on her, and I can't pinch the buckled strap.
- ☐ Her car seat is buckled tightly in the car and doesn't move more than one inch when I pull it.
- ☐ She uses a bigger seat rear-facing until she outgrows the harness. Many harnesses go to 35, 40 or 45 pounds.



Toddlers and big kids use forward-facing car seats

If my child is over age 2 AND has outgrown the weight and height limits for the rear-facing seat:

- ☒ He always rides in a back seat and never in front of an air bag.
- ☐ He always rides in a car seat made for his size and age.
- ☐ The straps are snug on him, and I can't pinch the buckled strap.
- ☐ His car seat is buckled tightly in the car and doesn't move more than one inch when I pull it. I use the top tethers designed for the seat.
- ☐ He uses this car seat until he outgrows the harness. Many harnesses go to 50, 60 or even 80 pounds.



Older, bigger kids use booster seats

If my child is under 4 feet, 9 inches tall AND has outgrown the weight and height limit of the forward-facing car seat:

- ☒ She always rides in a back seat and never in front of an air bag.
- ☐ She always rides on a booster seat using a seat belt with lap and shoulder straps.
- ☐ The lap belt sits low on her hips, not her stomach.
- ☐ The shoulder belt is on her shoulder – not on her neck, under her arm or behind her back.
- ☐ The seat belt is snug, flat and comfortable on her.
- ☐ She may be between 8-12 years of age before the seat belt fits.



Kids ready for seat belts

If my child is over 4 feet, 9 inches tall and has outgrown the booster seat:

- ☒ She always rides in a back seat and never in front of an air bag.
- ☐ She always uses a seat belt with lap and shoulder straps.
- ☐ The lap belt sits low on her hips, not her stomach.
- ☐ The shoulder belt is on her shoulder – not on her neck, under her arm or behind her back.
- ☐ Her back is firmly against the seat back, her knees bend at the front edge of the seat, and she can sit this way for the whole ride.
- ☐ The seat belt is snug, flat and comfortable on her. If the seat belt does not fit right, she must use a booster seat.



Seguridad Básica de los Asientos del Auto

No ponga en peligro a su hijo – ¡póngale el cinturón de seguridad de forma correcta cada vez que viaje en el auto!



Todos los niños tienen que usar un asiento de auto, asiento elevado o cinturón de seguridad.

- ☒ Mi hija siempre viaja en un asiento trasero y nunca enfrente de una bolsa de aire.
- ☐ Cada vez que salimos en el auto, todos usamos el cinturón de seguridad, asiento de auto o asiento elevado apropiado para la edad y el tamaño de cada persona.
- ☐ El asiento de mi hija tiene todas sus partes, etiquetas e instrucciones, y nunca ha estado en un choque.
- ☐ Yo sigo las instrucciones de mi auto y del asiento de auto para que mi hija esté sujeta correctamente.
- ☐ Nunca dejo sola a mi hija en un auto.
- ☐ Si tengo alguna pregunta sobre el asiento del auto, sé que puedo contactar a Safe Kids USA.

www.safekids.org

Safe Kids Worldwide
1301 Pennsylvania Avenue, NW
Suite 1000
Washington, DC 20004

Orgullosa Patrocinadora



Orgullosa Benefactora
del Programa



Los niños menores de 2 años usan asientos que miran hacia atrás

- ☒ Ella siempre viaja en el asiento de atrás y nunca enfrente de una bolsa de aire.
- ☐ Ella siempre viaja en un asiento de auto apropiado para su tamaño y edad.
- ☐ Ella se sienta en su asiento mirando hacia la parte trasera del auto.
- ☐ Las correas están bien ceñidas, de manera que yo no pueda pellizcarlas.
- ☐ Su asiento está bien sujeto al auto y no se mueve más de una pulgada cuando tiro de él.
- ☐ Ella usa un asiento orientado hacia atrás hasta que el arnés le queda chico. Muchos arneses son para niños de 35, 40 o 45 libras (aproximadamente 16, 18 y 20 kg).



Los niños pequeños y los niños más grandes usan asientos que miran hacia el frente

Si mi niño tiene más de 2 años Y ha excedido los límites de peso y estatura para el asiento que mira hacia atrás:

- ☒ Él siempre viaja en un asiento trasero y nunca enfrente de una bolsa de aire.
- ☐ Siempre viaja en un asiento de auto apropiado para su tamaño y edad.
- ☐ Las correas están bien ceñidas, de manera que yo no pueda pellizcarlas.
- ☐ Su asiento está bien sujeto al auto y no se mueve más de una pulgada cuando tiro de él. Yo uso los sujetadores de arriba diseñados para el asiento.
- ☐ Él usará este asiento hasta que el arnés le quede chico. Muchos arneses son para niños de 50, 60 o incluso 80 libras (aproximadamente 22, 27 y 36 kg).



Los niños de más edad y más grandes usan asientos elevados

Si mi hija tiene menos de 4 pies 9 pulgadas (aproximadamente 144 cm) de estatura Y ha excedido los límites de peso y estatura para el asiento que mira hacia atrás:

- ☒ Ella siempre viaja en un asiento trasero y nunca enfrente de una bolsa de aire.
- ☐ Ella siempre viaja en un asiento elevado usando un cinturón con correas para el regazo y el hombro.
- ☐ El cinturón para el regazo debe quedarle sobre la cadera, no sobre el estómago.
- ☐ El cinturón para el hombro debe estar sobre su hombro, no sobre el cuello, debajo del brazo o detrás de la espalda.
- ☐ El cinturón del asiento le queda bien ceñido, plano y cómodo.
- ☐ Es posible que tenga entre 8 y 12 años, antes de que el cinturón de seguridad le quede bien.



Los niños están listos para usar los cinturones de seguridad

Si mi hija tiene más de 4 pies 9 pulgadas (aproximadamente 144 cm) de estatura y no le sirve el asiento elevado:

- ☒ Ella siempre viaja en el asiento trasero y nunca enfrente de una bolsa de aire.
- ☐ Ella siempre usa un cinturón de seguridad con correas para el regazo y el hombro.
- ☐ El cinturón para el regazo le queda sobre la cadera, no sobre el estómago.
- ☐ El cinturón para el hombro le queda sobre el hombro, no sobre el cuello, por debajo del brazo o detrás de la espalda.
- ☐ Su espalda se apoya firmemente contra el respaldo del asiento, sus rodillas dobladas sobre el borde frontal del asiento, y ella puede ir sentada de esta manera todo el viaje.
- ☐ El cinturón de seguridad está bien ceñido, plano y cómodo. Si el cinturón del asiento no le ajusta bien, ella entonces tiene que usar un asiento elevado.





You Can Teach Your Child to Walk Safely.



Here are some simple steps you can use and practice with your child.



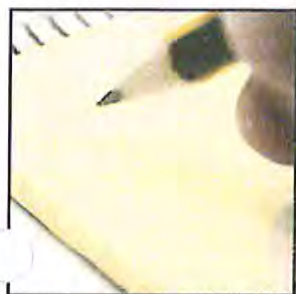
Be seen.

Dress in bright clothes.
Use reflective material.
Carry a flashlight at dawn and dusk.



Cross together.

Children need to cross the street with a grown-up.



Get the facts.

Know where and when your children are walking. Know who is with them.



Watch, then cross.

Stop at the edge. Look left, right and left again. Wait until the road clears. Keep watching as you cross.



Know where to go.

Walk on sidewalks.
If there is no sidewalk, walk on the far left facing traffic.



Cross safely.

Use crosswalks. Only cross streets at corners. Never cross from between parked cars.



Stay together.

Young children should always walk with a grown-up. Older children should walk with a buddy.



Follow the rules.

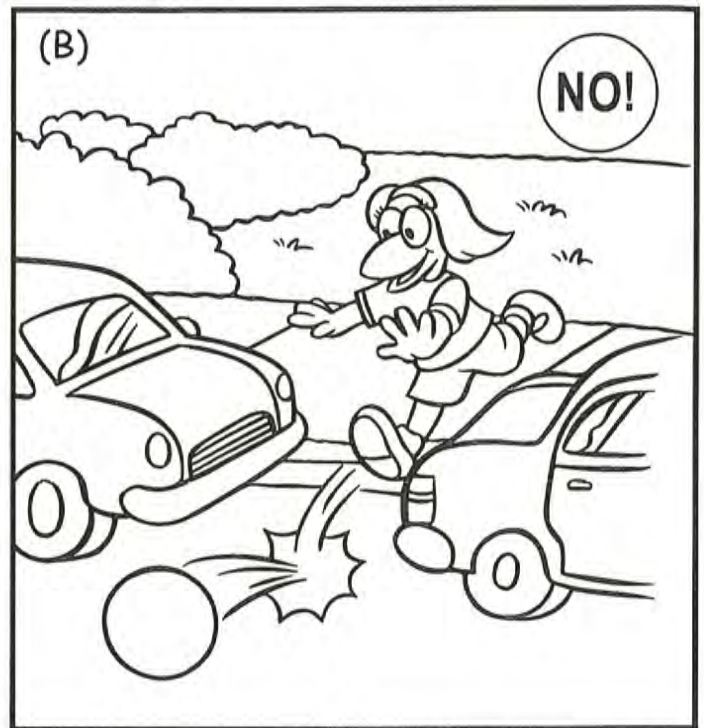
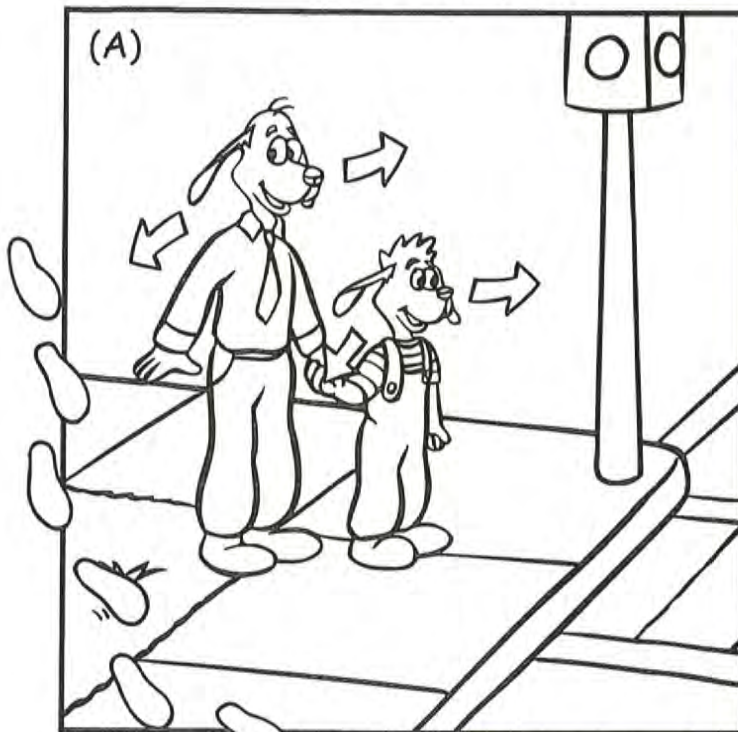
Set an example for your children. Obey all traffic signs and signals. Kids will copy what you do.



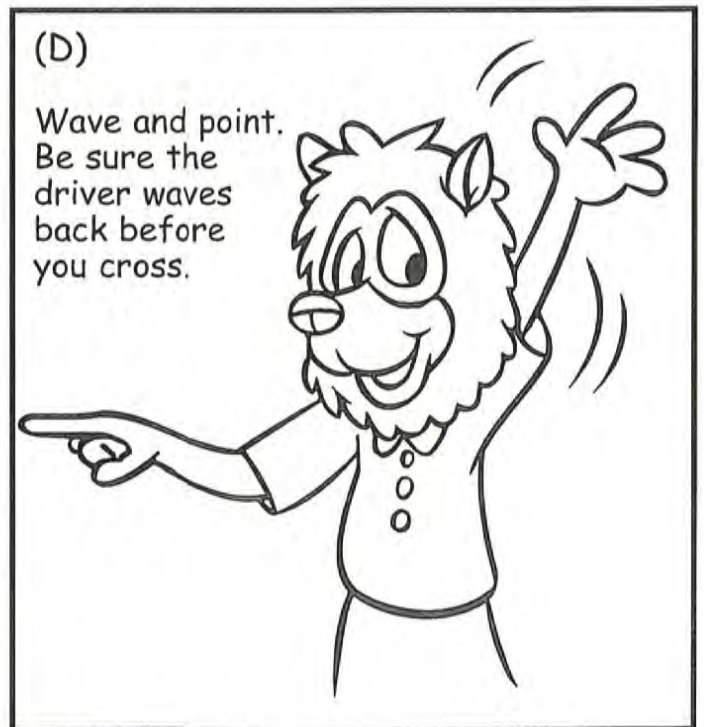
Your Child is in Safe Hands . . . Yours

CROSSING STREETS

Circle the people who are crossing the safest way.



☆ Use your head before your feet;
Never run into the street.



Answers: A and D.



Your Child is in Safe Hands . . . Yours

I'M SAFE!

Puedes enseñar a tus niños a caminar seguros.



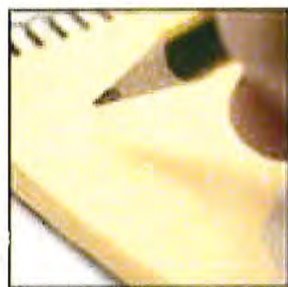
Aquí unos pasos simples que puedes usar y practicar con tus niños.



Este visible.
Use ropa de colores brillantes. Use material reflector. Llevar una linterna al atardecer y al amanecer.



Crucen juntos.
Los niños deben cruzar la calle con un adulto.



Oriéntese.
Manténgase al tanto de donde y cuando sus niños caminan. Manténgase al tanto de quién los acompaña.



Mire, luego cruce.
Pare al borde. Mire a la izquierda, a la derecha y a la izquierda otra vez. Espere que la carretera este libre. Siga mirando mientras cruza.



Manténgase al tanto de donde ir.
Camine en la acera. Si no hay acera, camine a la izquierda lejos de la calle mirando hacia el tráfico.



Cruce seguramente.
Use el cruce peatonal. Cruce la calle solo en las esquinas. Nunca cruce en medio de carros estacionados.



Manténganse juntos.
Niños pequeños deben siempre caminar con un adulto. Niños mayores deben caminar acompañados.



Siga las reglas.
Sea un ejemplo para sus niños. Obedezca todos los signos y señales de tránsito. Los niños copian lo que usted hace.



Tus hijos están en manos seguras... Las tuyas



10 WAYS TO HELP KEEP CHILDREN SAFE WHEN THEY WALK

1. Walk with your children. Always know the route you plan to take. Check the route in advance.
2. Children under age 10 should walk with a parent. Older children should walk with a buddy.
3. Children need to wear bright clothes so they can be seen. At dawn or dusk, children should wear reflective materials and carry a flashlight. Do not let children walk at night.
4. Teach children to use sidewalks and crosswalks. Please use them yourself. If there is no sidewalk, walk on the far left, facing traffic.
5. Children should ALWAYS stop at the curb. They should never run into the street. Make sure your children cross streets with a grown-up until they are at least age 10. Never cross the street from between parked cars.
6. Remind children to look left, right, and left again. They need to watch for anything that moves. When the way is clear, they can cross a path, sidewalk, street or driveway. They should continue looking as they cross.
7. Children need to make eye contact with each driver. They should hold their arm high and wait for the driver to signal back. Then they can cross with a grownup. If children aren't sure the driver sees them, they need to wait.
8. Get to the bus stop 5 minutes early. Have children wait 10 steps back from the curb. While you wait, you can remind children to tuck in their straps and ride quietly on the bus. Teach them to always listen to the bus driver and the bus monitor.
9. Children need to stay 10 feet away from a bus at all times. The area ten feet from each side of the bus is called the danger zone. It is hard for the bus driver to see children in the danger zone.
10. If children need to cross the street near a school bus, they need to cross with a grown up. Before crossing, they need to be sure the bus driver sees them. They should cross at least 10 feet in front of the bus. Remind children, "If you can't see the driver, the driver can't see you."

For more information,
visit the I'm Safe! Network,
www.imsafe.com.





10 FORMAS DE MANTENER SEGUROS A SUS HIJOS EN LA CALLE

1. Camine con sus hijos. Conozca siempre la ruta que planea tomar. Revise la ruta con anterioridad.
2. Los niños menores de 10 años deben caminar con uno de sus padres. Los niños mayores deben caminar con un compañero.
3. Los niños deben usar colores brillantes para que puedan ser vistos. Al amanecer o anochecer, los niños deben usar materiales reflectantes y llevar una linterna. No permita que los niños caminen en la noche.
4. Enseñe a los niños a usar las aceras y los cruces peatonales. Úselos usted también. Si no hay aceras, camine por el lado izquierdo, siempre en contra del tráfico.
5. Los niños SIEMPRE deben detenerse en el bordillo de la acera. Nunca deben correr hacia la calle. Asegúrese de que sus niños crucen la calle con un adulto hasta que tengan al menos 10 años. Nunca permita que crucen la calle entre autos estacionados.
6. Recuerde a sus hijos que deben mirar a la izquierda, derecha y nuevamente a la izquierda. Deben fijarse en todo lo que se mueva. Cuando el camino esté despejado, pueden cruzar un sendero, una acera, una calle o una vía de acceso. Deben seguir mirando mientras cruzan.
7. Los niños deben hacer contacto visual con cada conductor. Deben mantener el brazo en alto y esperar a que el conductor les dé la señal. Luego podrán cruzar con un adulto. Si los niños no están seguros de que el conductor los haya visto, deberán esperar.
8. Llegue a la parada del bus cinco minutos antes. Indique a los niños que esperen 10 pasos detrás del bordillo de la acera. Mientras esperan, puede recordarle a los niños que se mantengan con el cinturón y que viajen tranquilos en el bus. Enséñeles a que siempre pongan atención al chofer y monitor del bus.
9. Los niños deben mantener una distancia de 3 metros del bus en todo momento. Esta área de 3 metros de cada lado del bus se denomina la zona de peligro. Para el chofer del bus es difícil ver a los niños en la zona de peligro.
10. Si los niños necesitan cruzar la calle cerca de un bus escolar, deben hacerlo con un adulto. Antes de cruzar, deben estar seguros de que el chofer del bus puede verlos. Deben cruzar al menos a una distancia de 3 metros frente del bus. Recuerde a sus hijos, "Si no puedes ver al chofer, el chofer no puede verte a ti."

Para obtener más información,
visite la Red I'm Safe!
www.imsafe.com.



HEALTH & NUTRITION

SALUD y NUTRICIÓN



HEALTH



Mylinda Zapata, Health & Nutrition Services Coordinator

Making a link between Health & School Readiness

In order for children to develop strong muscles and healthy bodies, they need to engage in physical activity, access healthy nutrition, get adequate rest, and practice healthy and safe behaviors.



Immunization Requirements

- 📖 All children are required to be up-to-date and remain current or have a valid immunization exemption on file.
- 📖 A current immunization record must be on file at the center.
- 📖 Staff undergo an initial health exam at time of hire; and every two years thereafter. Staff also complete a TB questionnaire at time of hire and annually thereafter. Staff are strongly encouraged to receive the Hep A, Hep B and Tdap vaccines.

Head Start follows the TDH Immunization Schedule. You may request a copy from the Center Director or Family Advocate.

Health & Screening

- 📖 Screenings completed for each child enrolled in Head Start include:
- 📖 Heights and weights are completed annually.
- 📖 Hearing screening is completed annually by questionnaire for children under 3 years; by audiometer in children over 3 years.
- 📖 Vision screening is completed annually by questionnaire for children under 3 years; by vision test for children over 3 years.
- 📖 Social-Emotional screenings completed on all children annually.
- 📖 Developmental screenings completed on all children annually.
- 📖 TB (tuberculosis) risk screening completed annually on children ages 1 and up. If the child is found to be at risk, a TB test is required to show the child is free of TB.
- 📖 All results are shared with parents and if follow-up is needed, assistance is provided.

In addition to the screenings listed above, the Head Start Program will assist families in completing the following requirements:

- 📖 Physical exam within 90 days of entry into the center and annually thereafter.
- 📖 Two dental exams each year for age 1 and up.
- 📖 Lead screening blood test completed at 12 months and again at 24 months. If not previously done, children ages 3 will complete a Lead Screening with their physician.

SALUD

My linda Zapata – Coordinadora de Nutrición y Servicios de Salud



CREANDO UN LAZO ENTRE LA SALUD Y LA PREPARACIÓN ESCOLAR



Para que los niños puedan desarrollar músculos Fuertes y cuerpos saludables, ellos necesitan participar en actividades físicas, tener acceso a nutrición saludable, recibir suficiente Descanso, y practicar comportamientos saludables y seguros.

Requisitos de Vacunación

- 📖 Es requerido que todos los niños estén y se mantengan al corriente con sus vacunas o tengan una excepción válida en su expediente.
- 📖 Un registro de vacunas al corriente debe estar archivado en el centro

Head Start sigue el calendario de vacunación de TDH (departamento de Salud de Texas). Usted puede pedir una copia de este calendario a su directora de centro o trabajador social.

Salud & Exámenes

Los exámenes hechos para cada niño inscrito en Head Start incluyen:

- 📖 Medidas y pesos son completado anualmente.
- 📖 Exámenes auditivos son hechos anualmente por medio de un cuestionario para los niños menos de 3 años; para los niños mayores de 3 años, el examen se hace por medio de un audiómetro.
- 📖 Exámenes de visión son hechos anualmente por medio de un cuestionario para los niños menos de 3 años; para los niños mayores de 3 años, el examen se hace por medio de un examen de vista
- 📖 Exámenes socio-emocionales son completados con los niños anualmente.
- 📖 Exámenes de desarrollo son hechos con todos los niños anualmente.
- 📖 Exámenes de riesgo de TB (tuberculosis) son hechos anualmente con los niños de un año y mayores. Si encuentran que el niño está en riesgo, una prueba de TB será requerida para mostrar que el niño está libre de TB.
- 📖 Todos los resultados son compartidos con los padres y si algún seguimiento es requerido, asistencia será proveída.

Además de los exámenes mencionados arriba, el programa de Head Start proveerá asistencia para las familias para completar los siguientes requisitos:

- 📖 Examen físico dentro de 90 días de haber entrado al centro y después anualmente.
- 📖 Dos exámenes dentales cada año para niños de un año y más.
- 📖 Prueba de sangre de detección de plomo completada a los 12 meses y otra vez a los 24 meses. Si no se han hecho antes, los niños de 3 años completarán el examen de detección de plomo con su pediatra.

In the event of minor injury parents are notified when they pick up their child at the end of the day. A minor injury is defined as an injury that requires minor first aid.

If a child is seriously injured or gets sick while at school or on a field trip, parents are immediately called and 911 is called if needed.

Illness & Exclusion

A morning health check is done when each child and parent arrives and is greeted. It usually takes less than a minute. Also, the child is observed throughout the day. The morning health check for each child will be documented daily on the sign-in/sign-out sheets.

We follow the Texas Minimum Standards for Child-care Centers requirements to ensure the health of all children.

Children are not permitted in the centers with the following symptoms or illnesses:

- ☞ Fever (oral or ear temperature of 101° or higher or armpit temperature of 100° or higher).
*Children must be fever free for 24 hours without medication before returning to school.
- ☞ Uncontrolled Diarrhea
- ☞ Vomiting (2 or more episodes in 24 hours)
- ☞ Rash with fever
- ☞ Lethargy (run down)
- ☞ Abnormal bleeding
- ☞ Mouth sores with drooling
- ☞ Behavior changes
- ☞ Other signs that the child may be severely ill;
- ☞ A health-care professional diagnosis of communicable disease with no doctor note releasing child to return to school.

If children develop symptoms while at school, parents (or those listed on Emergency Contact sheet) will be called to pick up the child.

Children with live lice will be excluded until treated. Head Start may assist the family with treatment if needed.

Medication at School

If your child requires medication during school, we will give it to them following these requirements:

- ☞ Medicine must be in original container with prescription label.
- ☞ Child's name must match name on the label.
- ☞ Medication cannot be expired.
- ☞ Possible side effects should be discussed with the teacher.
- ☞ A Medication Authorization form must be completed and signed.
- ☞ Medication is kept in a locked container and in a location children cannot reach.

Special containers for medication requiring refrigeration are kept in each center refrigerator. This also applies to children receiving Head Start transportation services.

- Lotion, sunscreen, and bug spray require parent permission.
- Medications should never be in child's backpack or diaper bag.
- At School District sites, Medication is kept and given by the School Nurse.

En caso que hubiera una lesión menor, los padres son notificados cuando recogen al niño al final del día. Una lesión menor es definida como una lesión que requiere de primeros auxilios menores.

Si el niño es seriamente lesionado gravemente o si se enferma cuando este dentro de la escuela o en un paseo de excursión, se les llamara inmediatamente a los padres y se le llamara al 911 si es necesario.

Enfermedades y Exclusión

Se conduce una revisión de salud matutina cuando el niño(a) y el padre llegan y son saludados. Normalmente toma menos de un minuto. También el niño(a) es observado durante el día. La revisión de salud matutina será documentada diariamente en la hoja de firmas de entradas y salidas.

Nosotros seguimos los requisitos de las Normas Mínimas para Centros de Cuidado de Niños de Texas para asegurar la salud de todos los niños.

Los niños no son permitidos en los centros con los siguientes síntomas o enfermedades:

-  Fiebre (temperatura oral o del oído de 101°F o más, o temperatura de las axilas de 100°F o más). *Los niños deben estar libres de fiebre por 24 horas sin el uso de medicamento antes de poder regresar a la escuela.
-  Diarrea incontrolable
-  Vómito (2 episodios en 24 horas)
-  Roncha con fiebre
-  Letargo (agotado)
-  Sangramiento anormal
-  Llagas con baba
-  Cambios de comportamiento
-  Otras señales que indiquen que el niño está severamente enfermo;
-  Un diagnóstico de un profesional de salud que indique que el niño tiene una enfermedad transmisible sin una nota del doctor indicando que puede regresar a la escuela.

Si el niño desarrolla síntomas cuando está en la escuela, se le llamara a los padres (o las personal indicadas en la Lista de Contactos de Emergencia) para que pasen a recoger al niño.

Niños con piojos vivos serán excluidos hasta que hayan sido tratados. Head Start puede asistir a la familia con el tratamiento si es necesario.

Medicamento en la Escuela

Si su hijo requiere de medicamento durante la escuela, se lo daremos siguiendo los siguientes requisitos:

-  El medicamento debe estar en la caja original con la etiqueta de la receta.
-  El nombre del niño debe coincidir con el nombre en la etiqueta del medicamento.
-  El medicamento no puede estar caduco.
-  Posibles efectos secundarios deben ser discutidos con la maestra.
-  Un formulario de Autorización de Medicamento debe ser completado y firmado.
-  El medicamento de ser mantenido en un contenedor bajo llave y en un lugar que no sea del alcance de los niños.

Contenedores especiales de medicamento que requieren de refrigeración serán mantenidos en el refrigerador del centro.

Esto también aplica a los niños recibiendo servicios de transporte de Head Start.

- Crema, protector del sol, y protector de moscos requieren un permiso del padre.
- Medicamentos nunca deben estar en la mochila o pañalera del niño.
- En los centros del distrito escolar, el medicamento es mantenido y dado por la enfermera de la escuela.

NUTRITION

Nutritious breakfast, lunches, and snacks are provided for all children following the USDA meal service regulations.

-  At most sites, meals are served family-style.
-  Menus are posted at the center to let parents know what is being served.
-  Nutritional assessments and nutritional counseling is provided if needed or requested.
-  Special dietary needs of children are honored with note from the child's doctor.
-  Parents have the right to breastfeed their baby or provide breast-milk for their baby while in care. A comfortable sitting place in a private area within the classroom or center will be provided for the breastfeeding mom.
-  Nutrition Education is provided to parents at each center.

The full Nutrition Service Plan may be reviewed on the Community Action Inc. website (www.communityaction.com) or by request to the Center Director.



NUTRICIÓN

Desayunos, almuerzos, y merienda nutritivos es proveído para todos los niños siguiendo las regulaciones del servicio de comidas del USDA (departamento de agricultura de E.E.U.U., por sus siglas en ingles)

-  En la mayoría de los centros, las comidas son servidas al estilo familiar.
-  Los menús son anunciados en los centros para hacerle saber a los padres lo que está sirviendo.
-  Exámenes nutritivos y consejería nutritivo son proveídos cuando sea necesario o cuando sean pedidos.
-  Necesidades dietéticas especiales son honradas con una nota del doctor del niño.
-  Los padres tienen el derecho de amamantar a su bebe o proveer leche materna para su bebe mientras esta bajo nuestro cuidado. Un lugar confortable estará disponible donde la mama amamantate se pueda sentar dentro del aula y amamantar a su bebe.
-  Educación sobre nutrición será disponible para los padres en cada centro.

El plan completo de Servicios de Nutrición puede ser revisado en la página de internet de Community Action Inc. (www.communityaction.com) o pidiéndosela a la directora del centro.



Lead Screening Fact Sheet

The Office of Head Start is requiring that children enrolled in Head Start receive a Lead screening blood test. Children may be exposed to lead poisoning from a variety of environmental sources. Lead poisoning can cause serious health and developmental problems in young children. Eliminating the source of lead and treating the child can improve the health and developmental outcomes.

Effective March 20, 2008, children enrolled in Head Start must receive a lead screening blood test at 12 months and again at 24 months. Children between the ages of 3 and 6 years of age must also have a screening blood test if a lead screening has not been previously done.

What is lead screening?

Lead screening measures the level of lead in the blood. Lead is a poison that is very dangerous for young children because of their small size and rapid growth and development. It can cause anemia, learning difficulties, and other medical problems.

Children can be exposed to lead through:

- Home or child care environment:
 - built before 1978 with peeling paint or renovation
 - located near a highway or lead industry
- Family member who works with lead or treated for lead poisoning;
- Imported ceramic pottery for cooking, storing, or serving food;
- Home remedies with lead

How is lead screening done?

Lead screening involves:

- Asking the family questions about the child's exposure to lead;
- A blood lead test, from the finger or vein, done by a health professional

What might I observe?

Most children with lead poisoning show no symptoms. You might notice:

- Irritability, headache
- Poor appetite, stomachache
- Pale skin, tiredness
- Slow growth and development
- A child who eats paint chips or dirt

Follow-up to lead screening:

If screening indicates a lead level of above 10 ug/dl, the child should be referred to a health professional for evaluation and treatment.

Treatment may include:

- Removing the source of lead
- Nutrition counseling, iron supplements
- Medication to remove the lead from the blood
- Follow-up testing of child's blood
- Referral for developmental testing

Information:

Strategies to reduce blood lead levels in the home and in the classroom include:

Housekeeping

- Keep children away from peeling or chipping paint, and accessible or chewable surfaces covered with lead-based paint, especially windows, window sills, and window wells.
- Wet mop and wet wipe hard surfaces using soap and water.
- Do not vacuum hard surfaces suspected of lead contamination. This activity may scatter dust. If vacuuming is done, "hepa-vac" or use other comparably sensitive filters.
- Wash children's hands and faces before they eat.
- Wash toys and pacifiers frequently, as young children have a tendency to put things in their mouth and share their toys with others.

Nutrition

- Make sure children eat regular nutritious meals. Lead is more easily absorbed into the body on an empty stomach.
- Make sure children's diets contain plenty of iron and calcium.
 - Examples of foods high in iron are: liver, fortified cereal, cooked beans, spinach, and raisins.
 - Examples of foods high in calcium are: milk, yogurt, cheese, and cooked greens.
- Do not store canned food in open containers, especially imported canned items. Do not store or serve food or beverages in pottery that is meant for decorative use or in lead crystal or lead-based china.

Lead Paint in Toys

- In August 2007, numerous toys were recalled by major manufacturers due to the use of lead-based paint. To stay informed about other health and safety toy recalls, visit the Consumer Product Safety Commission Web site: www.cpsc.gov/cpscpub/prerel/category/toy.html.

Información acerca del examen del plomo

La oficina de Head Start requiere que los niños inscritos en el programa de Head Start reciban un examen para detectar el plomo en la sangre. La exposición al plomo y el envenenamiento por esta sustancia sigue siendo un peligro ambiental grave para la salud, y problemas del desarrollo en los niños. Eliminando la fuente de plomo y tratar a los niños puede mejorar la salud y el desarrollo. Tomando efecto el 20 de Marzo del 2008, niños inscritos en Head Start deben recibir un examen del plomo a los 12 meses de edad y otra vez a los 24 meses de edad. Niños entre 3 y 6 años también deben recibir un examen si no lo recibieron antes.

Que es la prueba del plomo?

La prueba del plomo mide el nivel de plomo en la sangre. El plomo es un veneno y es muy peligroso para los niños por su tamaño pequeño y su crecimiento y desarrollo rápido. Puede causar anemia, problemas de aprendizaje, y otros problemas médicos.

Los niños pueden ser expuestos al plomo a través de:

- Casa o salones de clases:
Si fueron contruidos antes de 1978, con pintura que se este pelando o fueron recientemente renovados.
Localizado cerca de una carretera o industria de plomo
- Miembro de la familia que trabaja con plomo o han sido tratados para el plomo
- Cerámica importada para cocinar, guardar o servir comida.
- Remedios caseros que contienen plomo.

Como se hace el examen del plomo?

El examen del plomo involucra:

- Preguntas a la familia acerca de la exposición del niño al plomo
- Un examen de sangre, ya sea de un dedo o una vena, por un profesional de la salud.

Que puedo observar?

La mayoría de los niños no muestran síntomas. Puede notar:

- Irritabilidad, dolor de cabeza
- Poco apetito, dolor de estomago
- Piel palida, cansancio
- Crecimiento y desarrollo despacio
- Un niño que come pintura pelada o tierra

Plan de seguimiento para el examen de plomo:

Si el examen indica un nivel de plomo de 10 ug/dl, el niño debe ser referido a un profesional de la salud para una evaluación y tratamiento.

Este tratamiento puede incluir:

- Remover la fuente de plomo
- Consejos de nutrición, suplementos de hierro
- Medicamento para remover el plomo de la sangre
- Seguimiento del examen de la sangre del niño
- Referimiento para un examen del desarrollo

Información:

Estrategias para reducir niveles de plomo en la casa y en los salones de clases incluyen:

En el hogar

- Aleje a los niños de pintura que se desconcha o pela, así como de las superficies accesibles o que se puedan morder, cubiertas con pintura con base de plomo, especialmente ventanas, alféizares y los huecos de las ventanas.
- Lave las superficies duras con agua y jabón.
- No pase la aspiradora por las superficies duras donde se sospeche que haya contaminación por plomo. Esta actividad puede esparcir el polvo. Si se pasa la aspiradora, use una “hepa-vac” u otros filtros comparables.
- Lave las manos y la cara de los niños antes de comer.
- Lave los juguetes y chupones frecuentemente, ya que los niños tienden a poner cosas en la boca y compartir juguetes con otros.

Nutrición

- Asegúrese de que los niños coman alimentos nutritivos con regularidad. El organismo absorbe el plomo más fácilmente cuando el estómago está vacío.
- Asegúrese que la dieta de los niños contenga bastante hierro y calcio.
 - Los alimentos con alto contenido de hierro pueden ser: hígado, cereal reforzado con vitaminas, frijoles cocidos, espinacas y pasas.
 - Los alimentos con alto contenido de calcio pueden ser: leche, yogur, queso y vegetales verdes cocidos.
- No almacene la comida de lata en recipientes abiertos, especialmente los que sean importados. No almacene ni sirva comida ni bebidas en cerámica diseñada para la decoración ni en cristal de plomo ni en porcelana con base de plomo.

Pintura con plomo en los juguetes

- En agosto de 2007, fabricantes importantes retiraron muchos juguetes debido a que tenían pintura con plomo. Para mantenerse informado sobre otras retiradas de juguetes por razones de salud y seguridad, visite el sitio Web de la Comisión para la Seguridad de los Productos de Consumo: www.cpsc.gov/cpscpub/prerel/category/toy.html.

Secondhand Tobacco Smoke and the Health of Your Family



Make your home smoke-free.

Secondhand smoke is the smoke that comes from a cigarette or other tobacco that *someone other than you* is smoking.

Secondhand Smoke is Dangerous

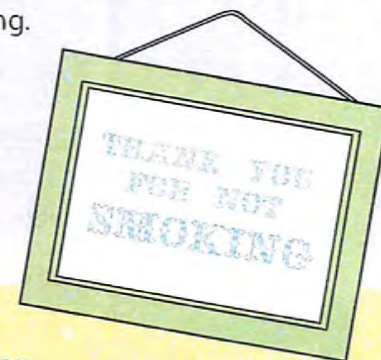
Everyone knows that smoking is bad for smokers, but did you know—

- Breathing smoke from someone else's cigarette, pipe, or cigar can make you and your children sick.
- Smoking inside a home or car is more dangerous because smoke gets trapped inside—even fans and open windows don't help.
- Children who live in homes where people smoke get sick more often with coughs, breathing problems such as asthma, and ear infections.
- Secondhand smoke is also linked to Sudden Infant Death Syndrome (SIDS).
- Secondhand smoke can cause lung cancer in adults and is also bad for the heart.



Protect Your Family

- Make your home and car smoke-free.
- Family, friends, and visitors should never smoke inside.
- If you smoke, smoke only outside.
- Ask your doctor for ways to help you stop smoking.



Remember

Keeping a smoke-free home can help improve your health, the health of your children, and your community.

www.epa.gov/smokefree



EPA 402-F-06-004
March 2006

El humo de tabaco en el medio ambiente y la salud de su familia



Mantenga su hogar libre del humo de tabaco. El humo de tabaco en el medio ambiente es el humo que sale de un cigarrillo o de un tabaco que está fumando otra persona.

El humo de tabaco en el medio ambiente es peligroso

Todo el mundo sabe que fumar es malo para los fumadores, pero sabía usted que—

- Respirar el humo que sale del cigarrillo, de la pipa o del puro de otra persona pueden enfermarlos a usted y a sus hijos.
- Fumar en el hogar o en el automóvil es peligroso porque el humo se queda dentro—ni siquiera los ventiladores o las ventanas ayudan.
- Los niños que viven en casas donde las personas fuman se enferman con mayor frecuencia. Los mismos sufren de infecciones de oído y de problemas respiratorios como el asma y la tos.
- El humo de tabaco en el medio ambiente también está vinculado con el Síndrome de Muerte Súbita del Infante (SIDS por sus siglas en inglés).
- El humo de tabaco en el medio ambiente puede causar cáncer de los pulmones en adultos y es también perjudicial al corazón.



Proteja a su familia

- Mantenga su hogar y automóvil libres del humo de tabaco.
- La familia, las amistades y las visitas nunca deben fumar dentro de su hogar.
- Si usted fuma, fume afuera solamente.
- Pregúntele a su doctor cómo puede dejar de fumar.



Recuerde

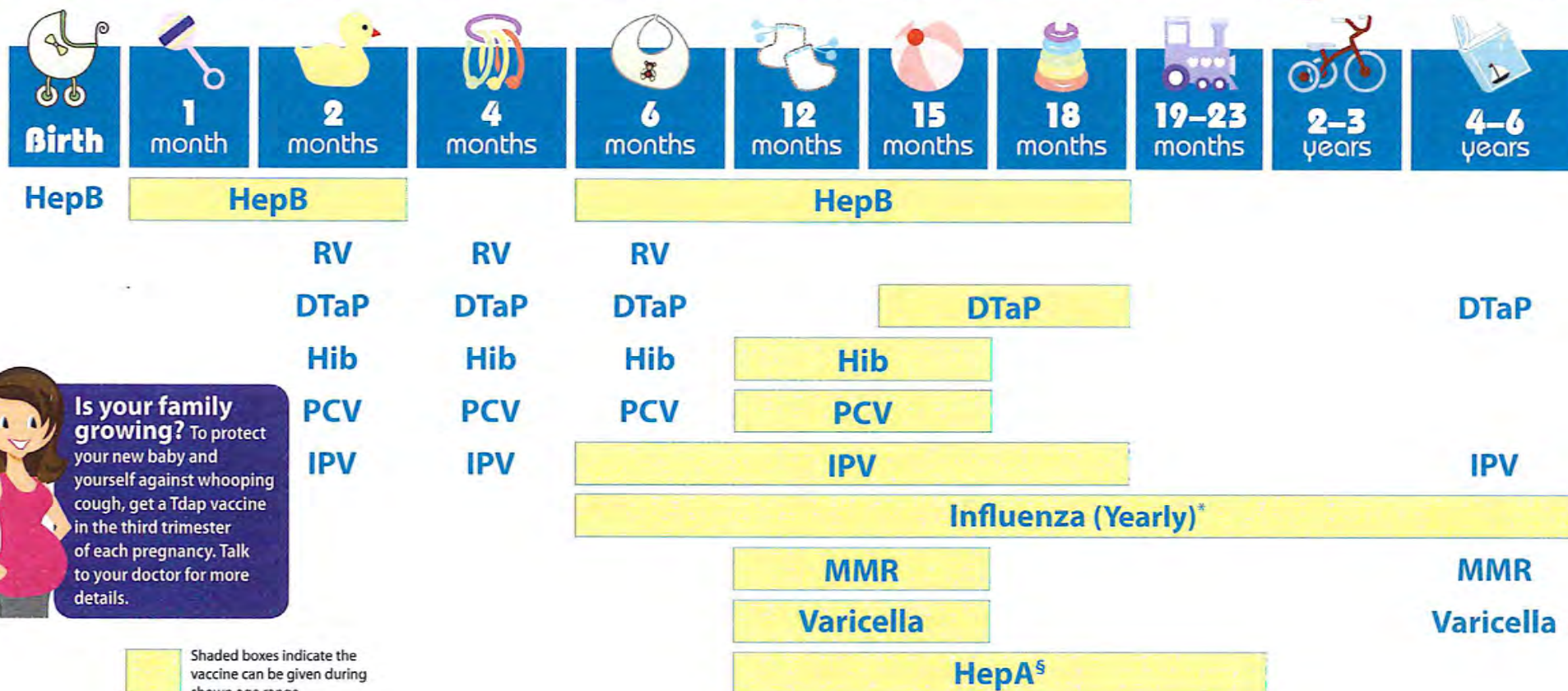
Mantener un hogar libre del humo de tabaco puede mejorar su salud, la salud de sus hijos y la de su comunidad.

www.epa.gov/smokefree



EPA
United States
Environmental Protection
Agency

2014 Recommended Immunizations for Children from Birth Through 6 Years Old



Is your family growing? To protect your new baby and yourself against whooping cough, get a Tdap vaccine in the third trimester of each pregnancy. Talk to your doctor for more details.

NOTE: If your child misses a shot, you don't need to start over, just go back to your child's doctor for the next shot. Talk with your child's doctor if you have questions about vaccines.

FOOTNOTES:

- * Two doses given at least four weeks apart are recommended for children aged 6 months through 8 years of age who are getting a flu vaccine for the first time and for some other children in this age group.
- ⁵ Two doses of HepA vaccine are needed for lasting protection. The first dose of HepA vaccine should be given between 12 months and 23 months of age. The second dose should be given 6 to 18 months later. HepA vaccination may be given to any child 12 months and older to protect against HepA. Children and adolescents who did not receive the HepA vaccine and are at high-risk, should be vaccinated against HepA.

If your child has any medical conditions that put him at risk for infection or is traveling outside the United States, talk to your child's doctor about additional vaccines that he may need.

SEE BACK PAGE FOR MORE INFORMATION ON VACCINE-PREVENTABLE DISEASES AND THE VACCINES THAT PREVENT THEM.

For more information, call toll free
1-800-CDC-INFO (1-800-232-4636)
 or visit
<http://www.cdc.gov/vaccines>



U.S. Department of Health and Human Services
 Centers for Disease Control and Prevention



American Academy of Pediatrics

DEDICATED TO THE HEALTH OF ALL CHILDREN™



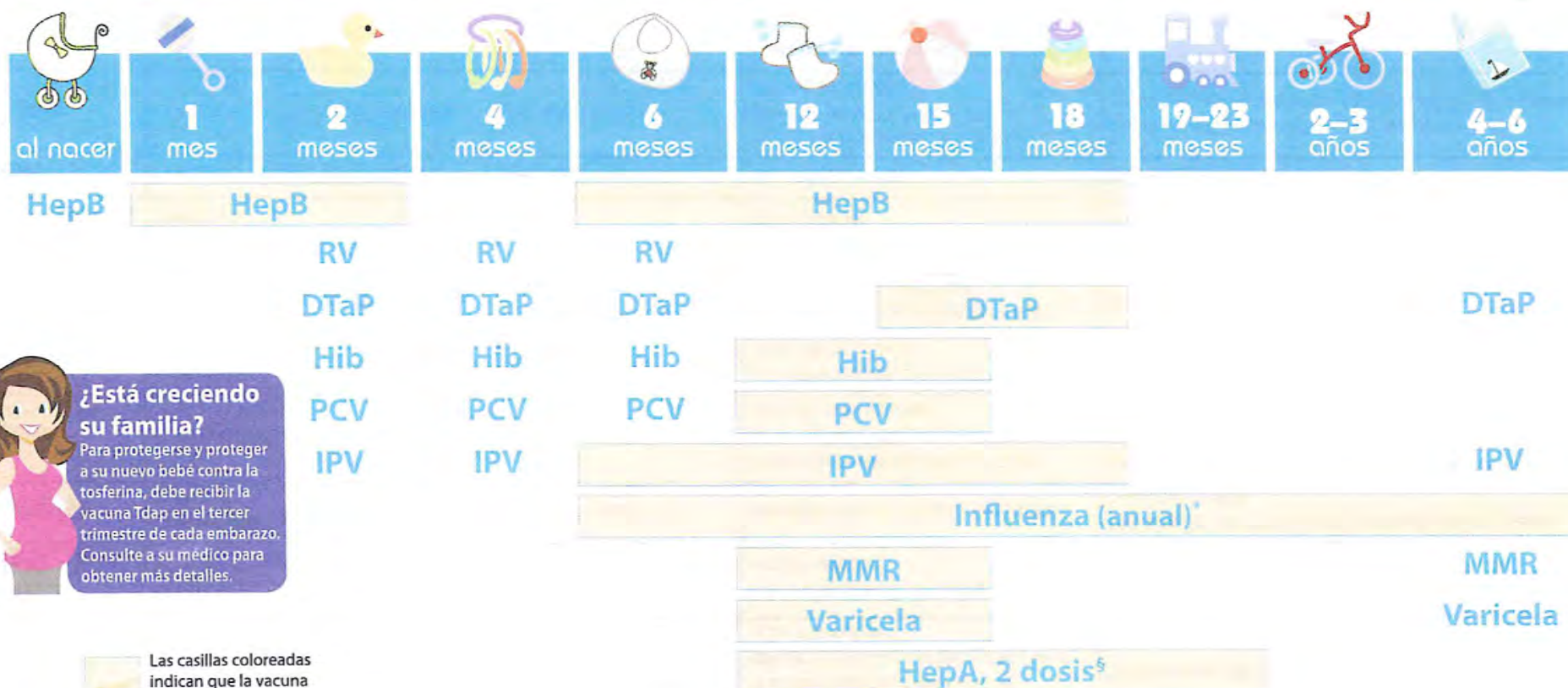
Vaccine-Preventable Diseases and the Vaccines that Prevent Them

Disease	Vaccine	Disease spread by	Disease symptoms	Disease complications
Chickenpox	Varicella vaccine protects against chickenpox.	Air, direct contact	Rash, tiredness, headache, fever	Infected blisters, bleeding disorders, encephalitis (brain swelling), pneumonia (infection in the lungs)
Diphtheria	DTaP* vaccine protects against diphtheria.	Air, direct contact	Sore throat, mild fever, weakness, swollen glands in neck	Swelling of the heart muscle, heart failure, coma, paralysis, death
Hib	Hib vaccine protects against <i>Haemophilus influenzae</i> type b.	Air, direct contact	May be no symptoms unless bacteria enter the blood	Meningitis (infection of the covering around the brain and spinal cord), intellectual disability, epiglottitis (life-threatening infection that can block the windpipe and lead to serious breathing problems), pneumonia (infection in the lungs), death
Hepatitis A	HepA vaccine protects against hepatitis A.	Direct contact, contaminated food or water	May be no symptoms, fever, stomach pain, loss of appetite, fatigue, vomiting, jaundice (yellowing of skin and eyes), dark urine	Liver failure, arthralgia (joint pain), kidney, pancreatic, and blood disorders
Hepatitis B	HepB vaccine protects against hepatitis B.	Contact with blood or body fluids	May be no symptoms, fever, headache, weakness, vomiting, jaundice (yellowing of skin and eyes), joint pain	Chronic liver infection, liver failure, liver cancer
Flu	Flu vaccine protects against influenza.	Air, direct contact	Fever, muscle pain, sore throat, cough, extreme fatigue	Pneumonia (infection in the lungs)
Measles	MMR** vaccine protects against measles.	Air, direct contact	Rash, fever, cough, runny nose, pinkeye	Encephalitis (brain swelling), pneumonia (infection in the lungs), death
Mumps	MMR** vaccine protects against mumps.	Air, direct contact	Swollen salivary glands (under the jaw), fever, headache, tiredness, muscle pain	Meningitis (infection of the covering around the brain and spinal cord), encephalitis (brain swelling), inflammation of testicles or ovaries, deafness
Pertussis	DTaP* vaccine protects against pertussis (whooping cough).	Air, direct contact	Severe cough, runny nose, apnea (a pause in breathing in infants)	Pneumonia (infection in the lungs), death
Polio	IPV vaccine protects against polio.	Air, direct contact, through the mouth	May be no symptoms, sore throat, fever, nausea, headache	Paralysis, death
Pneumococcal	PCV vaccine protects against pneumococcus.	Air, direct contact	May be no symptoms, pneumonia (infection in the lungs)	Bacteremia (blood infection), meningitis (infection of the covering around the brain and spinal cord), death
Rotavirus	RV vaccine protects against rotavirus.	Through the mouth	Diarrhea, fever, vomiting	Severe diarrhea, dehydration
Rubella	MMR** vaccine protects against rubella.	Air, direct contact	Children infected with rubella virus sometimes have a rash, fever, swollen lymph nodes	Very serious in pregnant women—can lead to miscarriage, stillbirth, premature delivery, birth defects
Tetanus	DTaP* vaccine protects against tetanus.	Exposure through cuts in skin	Stiffness in neck and abdominal muscles, difficulty swallowing, muscle spasms, fever	Broken bones, breathing difficulty, death

* DTaP combines protection against diphtheria, tetanus, and pertussis.

** MMR combines protection against measles, mumps, and rubella.

2014 Vacunas recomendadas para niños, desde el nacimiento hasta los 6 años de edad



¿Está creciendo su familia?

Para protegerse y proteger a su nuevo bebé contra la tosferina, debe recibir la vacuna Tdap en el tercer trimestre de cada embarazo. Consulte a su médico para obtener más detalles.

Las casillas coloreadas indican que la vacuna se puede dar durante el rango de edad mostrado.

NOTA:

Si su hijo no recibió una de las dosis, no se necesita volver a empezar, solo llévelo al pediatra para que le apliquen la siguiente. Consulte al médico de su hijo si tiene preguntas sobre las vacunas.

NOTAS A PIE DE PÁGINA:

- * Se recomiendan dos dosis con un intervalo de por lo menos cuatro semanas para los niños de 6 meses a 8 años que reciben por primera vez la vacuna contra la influenza y para otros niños en este grupo de edad.
- § Se requieren 2 dosis de la vacuna HepA para brindar una protección duradera. La primera dosis de la vacuna HepA se debe administrar durante los 12 y los 23 meses de edad. La segunda dosis se debe administrar 6 a 18 meses después. La vacuna HepA se puede administrar a todos los niños de 12 meses de edad o más para protegerlos contra la hepatitis A. Los niños y adolescentes que no recibieron la vacuna HepA y tienen un riesgo alto, deben vacunarse contra la hepatitis A.

Si su niño tiene alguna afección que lo pone en riesgo de contraer infecciones o si va a viajar al extranjero, consulte al pediatra sobre otras vacunas que pueda necesitar.

MÁS INFORMACIÓN AL REVERSO SOBRE ENFERMEDADES PREVENIBLES CON LAS VACUNAS Y LAS VACUNAS PARA PREVENIRLAS.



Para más información, llame a la línea de atención gratuita
1-800-CDC-INFO (1-800-232-4636)
o visite
<http://www.cdc.gov/vaccines>



U.S. Department of
Health and Human Services
Centers for Disease
Control and Prevention



AMERICAN ACADEMY OF
FAMILY PHYSICIANS
STRONG MEDICINE FOR AMERICA

American Academy
of Pediatrics

DEDICATED TO THE HEALTH OF ALL CHILDREN™



Enfermedad	Vacuna	Enfermedad transmitida por	Signos y síntomas de la enfermedad	Complicaciones de la enfermedad
Varicela	Vacuna contra la varicela.	Aire, contacto directo	Sarpullido, cansancio, dolor de cabeza, fiebre	Ampollas infectadas, trastornos hemorrágicos, encefalitis (inflamación del cerebro), neumonía (infección en los pulmones)
Difteria	La vacuna DTaP* protege contra la difteria.	Aire, contacto directo	Dolor de garganta, fiebre moderada, debilidad, inflamación de los ganglios del cuello	Inflamación del músculo cardíaco, insuficiencia cardíaca, coma, parálisis, muerte
Hib	La vacuna contra la Hib protege contra <i>Haemophilus influenzae</i> serotipo b.	Aire, contacto directo	Puede no causar síntomas a menos que la bacteria entre en la sangre	Meningitis (infección en las membranas que recubren el cerebro y la médula espinal), discapacidad intelectual, epiglotitis (infección que puede ser mortal en la que se bloquea la tráquea y origina graves problemas respiratorios) y neumonía (infección en los pulmones), muerte
Hepatitis A	La vacuna HepA protege contra la hepatitis A.	Contacto directo, comida o agua contaminada	Puede no causar síntomas, fiebre, dolor de estómago, pérdida del apetito, cansancio, vómito, ictericia (coloración amarilla de la piel y los ojos), orina oscura	Insuficiencia hepática, artralgia (dolor en las articulaciones), trastorno renal, pancreático y de la sangre
Hepatitis B	La vacuna HepB protege contra la hepatitis B.	Contacto con sangre o líquidos corporales	Puede no causar síntomas, fiebre, dolor de cabeza, debilidad, vómito, ictericia (coloración amarilla de los ojos y la piel) dolor en las articulaciones	Infección crónica del hígado, insuficiencia hepática, cáncer de hígado
Influenza (gripe)	La vacuna influenza protege contra la gripe o influenza.	Aire, contacto directo	Fiebre, dolor muscular, dolor de garganta, tos, cansancio extremo	Neumonía (infección en los pulmones)
Sarampión	La vacuna MMR** protege contra el sarampión.	Aire, contacto directo	Sarpullido, fiebre, tos, moqueo, conjuntivitis	Encefalitis (inflamación del cerebro), neumonía (infección en los pulmones), muerte
Paperas	La vacuna MMR** protege contra las paperas.	Aire, contacto directo	Inflamación de glándulas salivales (debajo de la mandíbula), fiebre, dolor de cabeza, cansancio, dolor muscular	Meningitis (infección en las membranas que recubren el cerebro y la médula espinal), encefalitis (inflamación del cerebro), inflamación de los testículos o los ovarios, sordera
Tosferina	La vacuna DTaP* protege contra la tosferina (<i>pertussis</i>).	Aire, contacto directo	Tos intensa, moqueo, apnea (interrupción de la respiración en los bebés)	Neumonía (infección en los pulmones), muerte
Poliomielitis	La vacuna IPV protege contra la poliomielitis.	Aire, contacto directo, por la boca	Puede no causar síntomas, dolor de garganta, fiebre, náuseas, dolor de cabeza	Parálisis, muerte
Infección neumocócica	La vacuna PCV protege contra la infección neumocócica.	Aire, contacto directo	Puede no causar síntomas, neumonía (infección en los pulmones)	Bacteriemia (infección en la sangre), meningitis (infección en las membranas que recubren el cerebro y la médula espinal), muerte
Rotavirus	La vacuna RV protege contra el rotavirus.	Por la boca	Diarrea, fiebre, vómito	Diarrea intensa, deshidratación
Rubéola	La vacuna MMR** protege contra la rubéola.	Aire, contacto directo	Los niños infectados por rubéola a veces presentan sarpullido, fiebre y ganglios linfáticos inflamados	Muy grave en las mujeres embarazadas: puede causar aborto espontáneo, muerte fetal, parto prematuro, defectos de nacimiento
Tétano	La vacuna DTaP* protege contra el tétano.	Exposición a través de cortaduras en la piel	Rigidez del cuello y los músculos abdominales, dificultad para tragar, espasmos musculares, fiebre	Fractura de huesos, dificultad para respirar, muerte

* La vacuna DTaP combina la protección contra la difteria, el tétano y la tosferina.

** La vacuna MMR combina la protección contra el sarampión, las paperas y la rubéola.

WIC --The Special Supplemental Nutrition Program for Women, Infants and Children

1. What is WIC?

WIC provides nutritious foods, nutrition education (including breastfeeding promotion and support), and referrals to health and other social services to participants at no charge. WIC serves low-income pregnant, postpartum and breastfeeding women, and infants and children up to age 5 who are at nutrition risk.

The Texas Department of State Health Services (DSHS) administers this Federal program in Texas, to pay for WIC foods, nutrition education, breastfeeding promotion and support, and administrative costs.

2. Who is eligible?

Pregnant women, women who are breastfeeding a baby under 1 year of age, women who have had a baby in the past six months, and parents, step-parents, guardians, and foster parents of infants and children under the age 5 can apply for their children. To be eligible on the basis of income, applicants' income must fall at or below 185% of the U.S. Poverty Income Guidelines (see below).

A person who participates or has family members who participate in certain other benefit programs, such as the Supplemental Nutrition Assistance Program, Medicaid, or Temporary Assistance for Needy Families, automatically meets the income eligibility requirement.

WIC INCOME GUIDELINES

The WIC income guidelines below are effective beginning
July 1, 2015

FAMILY SIZE	ANNUAL	MONTHLY	TWICE MONTHLY	BI-WEEKLY	WEEKLY
1	\$21,775	\$1,815	\$908	\$838	\$419
2	\$29,471	\$2,456	\$1,228	\$1,134	\$567
3	\$37,167	\$3,098	\$1,549	\$1,430	\$715
4	\$44,863	\$3,739	\$1,870	\$1,726	\$863
5	\$52,559	\$4,380	\$2,190	\$2,022	\$1,011
6	\$60,255	\$5,022	\$2,511	\$2,318	\$1,159
7	\$67,951	\$5,663	\$2,832	\$2,614	\$1,307
8	\$75,647	\$6,304	\$3,152	\$2,910	\$1,455
For each additional family member add:	\$7,696	\$642	\$321	\$296	\$148

3. What is “nutrition risk?”

Two major types of nutrition risk are recognized for WIC eligibility:

- Medically-based risks such as a history of poor pregnancy outcome, underweight status, or iron-deficiency anemia, and
- Diet based risks, such as poor eating habits that can lead to poor nutritional and health status.

Nutrition risk is determined through an initial health and diet screening at the WIC clinic.

4. What are the Health Benefits of WIC?

Studies show that WIC plays an important role in improving birth outcomes and containing health-care costs. WIC has a positive impact on children's diets. WIC improves infant-feeding practices by actively promoting breastfeeding as the best method of feeding infants. WIC clients have improved rates of childhood immunizations and a regular source of health care.

- Improved infant-feeding practices
- Premature births reduced
- Fetal death rate reduced
- Low birthweight reduced
- Long-term medical expenses reduced
- Improved dietary intake
- Improved cognitive development
- Fewer premature births

5. How do I contact DSHS about WIC?

Call toll free at (800) 942-3678 or (800) WIC-FOR-U; or go online to <http://www.dshs.state.tx.us>.

WIC – El programa especial de nutrición suplementaria para mujeres, bebés y niños

1. ¿Qué es WIC?

WIC ofrece alimentos nutritivos, educación sobre la nutrición (que incluye apoyar y promover a que las madres den el pecho al bebé), así como referidos a servicios de la salud y otros servicios sociales gratuitos para los participantes. WIC ofrece estos servicios a mujeres de bajos ingresos durante el embarazo, en el postparto y cuando están dando el pecho a sus bebés, y también a los niños con riesgos de problemas de nutrición hasta los 5 años de edad.

El Departamento Estatal de Servicios de Salud de Texas (DSHS) administra este programa federal en Texas, cuyo objetivo es pagar por los alimentos de WIC, la educación sobre la nutrición, promover y apoyar a que las madres den el pecho al bebé y los gastos administrativos.

2. ¿Quién califica?

Las mujeres embarazadas, las mujeres que estén dando pecho a un bebé menor de 1 año de edad, las mujeres que han tenido un bebé en los últimos seis meses, así como los padres, padrastros, tutores y padres de crianza de los bebés y niños menores de 5 años, pueden presentar una solicitud en nombre de sus niños. Para poder calificar a base de ingresos, los ingresos del solicitante deberán ser iguales o menores al 185% de los lineamientos de ingresos de pobreza de Estados Unidos (véase abajo).

Una persona que participe o tenga miembros de su familia que participen en ciertos otros programas de prestaciones, tales como el Programa de Asistencia de Nutrición Suplementaria, Medicaid, o Asistencia Temporal para Familias Necesitadas, automáticamente cumplirá el requisito de calificación por ingresos.

LINEAMIENTOS DE INGRESOS de WIC

Los siguientes lineamientos de ingresos de WIC se aplican a partir de
1 de julio de 2015

TAMAÑO DE LA FAMILIA	ANUAL	MENSUAL	DOS VECES AL MES	CADA DOS SEMANAS	SEMANAL
1	\$21,775	\$1,815	\$908	\$838	\$419
2	\$29,471	\$2,456	\$1,228	\$1,134	\$567
3	\$37,167	\$3,098	\$1,549	\$1,430	\$715
4	\$44,863	\$3,739	\$1,870	\$1,726	\$863
5	\$52,559	\$4,380	\$2,190	\$2,022	\$1,011
6	\$60,255	\$5,022	\$2,511	\$2,318	\$1,159
7	\$67,951	\$5,663	\$2,832	\$2,614	\$1,307
8	\$75,647	\$6,304	\$3,152	\$2,910	\$1,455
Para cada miembro adicional de la familia, aumente: \$7,696		\$642	\$321	\$296	\$148

3. ¿Qué es el "riesgo nutricional?"

Para propósitos de calificación en WIC, se reconocen dos tipos principales de riesgos nutricionales:

- Los riesgos médicos, tales como una historia de mala evolución del embarazo, estado de bajo peso, o anemia por deficiencia de hierro, y
- Los riesgos alimentarios, tales como prácticas inadecuadas de nutrición que puedan conducir a un mal estado nutricional y de la salud.

El riesgo nutricional se determina con una evaluación inicial de salud y de la nutrición en la clínica de WIC.

4. ¿En qué manera se beneficia la salud de una persona con WIC?

Los estudios demuestran que WIC juega un papel importante en la mejora de los resultados del parto y que controla los costos de la atención médica. WIC tiene un impacto positivo en la nutrición de los niños. WIC mejora las prácticas de alimentación infantil, y fomenta a que las madres den el pecho a sus bebés, como el mejor método de alimentación de los bebés lactantes. Los niños que participan en WIC se vacunan y reciben atención médica con más frecuencia.

- Mejora en las prácticas de alimentación infantil
- Reducción de los partos prematuros
- Reducción de la tasa de mortalidad fetal
- Reducción del bajo peso al nacer
- Reducción de los gastos médicos a largo plazo
- Mejora en la calidad de alimentos
- Mejora en el desarrollo cognitivo
- Reducción de los partos prematuros

5. ¿Cómo me comunico con DSHS para averiguar sobre WIC?

Llame gratis al (800) 942-3678 o al (800) WIC-FOR-U; o visite el sitio <http://www.dshs.state.tx.us>.

Building for the Future

This child care facility receives
Federal cash assistance to
Serve healthy meals to your children.
Good nutrition today means
a stronger tomorrow!

Meals served here must meet
Nutrition requirements established by USDA's
Child and Adult Care Food Program

Questions? Concerns?
Call USDA at **1-800-424-9121**

Or

Visit USDA's website: www.fns.usda.gov/cnd

Or

Your child care facility's contract organization at

Community Action, Inc. of Hays, Caldwell and Blanco Counties Head Start Program 722 So. McKie St./P.O. Box 1246 San Marcos, TX 78667-1246 My linda Zapata, Nutrition/Health Coordinator, 512/396-3395 Ext. 227

People who are eligible to participate in the program must not be discriminated against because of race, color, national origin, sex, age, disability, or political belief. Anyone who believes that they have been discriminated against should write immediately to: Director, Civil Rights Division, MC W-206, Texas Department of Human Services, P.O. Box 149030, Austin, TX 78714-9030 or the Secretary of Agriculture, Washington, D.C. 20250. Note: Discrimination complaints based on religion or political beliefs must be referred only to the Director, Civil Rights Division, Texas Department of Human Services.

Nos preoaramos para el futuro

Este centro de cuidado de niños recibe
Asistencia económica federal para servir
Comidas nutritivas a sus hijos.

La Buena nutrición hoy
Significa un mañana más saludable.

Las comidad que se sirven aquí tienen que cumplir
Con los requisitos de nutrición establecidos por el
Programa de Alimentos para Adultos y Niños
del Departamento de Agricultura de los
Estados Unidos (USDA).

¿Tiene preguntas o inquietudes?
Comuníquese con el USDA al **1-800-424-9121**

O

Visit USDA's website: www.fns.usda.gov/cnd

O

con la organización que contrata al centro de
cuidado de niños de su hijo al

Community Action, Inc. of Hays, Caldwell and Blanco Counties
Head Start Program

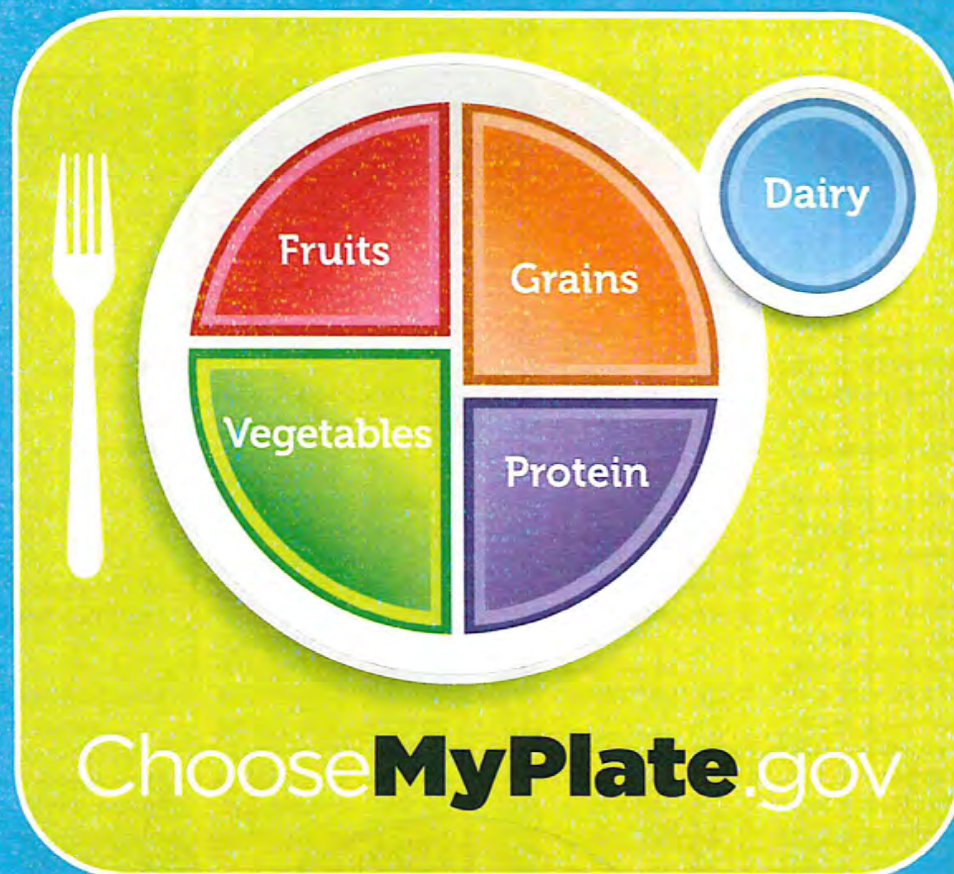
722 So. McKie St./P.O. Box 1246

San Marcos, TX 78667-1246

Myllinda Zapata, Nutrition/Health Coordinator, 512/396-3395 Ext. 227

Las personas que tienen derecho de participar en el programa no deben ser discriminadas por raza, color, Origin nacional, sexo, edad, discapacidad ni creencias políticas. Cualquier persona que crea que ha sido discriminada debe escribir inmediatamente al Director, Civil Right Division, MC W-206, Texas Department of Human Services, P.O. Box 149030, Austin, TX 78714-9030 ó a la Secretaria de Agriculture, Washington, D.C. 20250. Nota: las quejas por discriminación basadas en religion o creencias políticas se deben enviar únicamente al Director de la División de Derechos Civiles del Departamento de Servicios Humano de Texas.

What's on your plate?



Before you eat, think about what and how much food goes on your plate or in your cup or bowl. Over the day, include foods from all food groups: vegetables, fruits, whole grains, low-fat dairy products, and lean protein foods.



Make half your plate fruits and vegetables.



Make at least half your grains whole.



Switch to skim or 1% milk.



Vary your protein food choices.

Vegetables	Fruits	Grains	Dairy	Protein Foods
Eat more red, orange, and dark-green vegetables like tomatoes, sweet potatoes, and broccoli in main dishes. Add beans or peas to salads (kidney or chickpeas), soups (split peas or lentils), and side dishes (pinto or baked beans), or serve as a main dish. Fresh, frozen, and canned vegetables all count. Choose "reduced sodium" or "no-salt-added" canned veggies.	Use fruits as snacks, salads, and desserts. At breakfast, top your cereal with bananas or strawberries; add blueberries to pancakes. Buy fruits that are dried, frozen, and canned (in water or 100% juice), as well as fresh fruits. Select 100% fruit juice when choosing juices.	Substitute whole-grain choices for refined-grain breads, bagels, rolls, breakfast cereals, crackers, rice, and pasta. Check the ingredients list on product labels for the words "whole" or "whole grain" before the grain ingredient name. Choose products that name a whole grain first on the ingredients list.	Choose skim (fat-free) or 1% (low-fat) milk. They have the same amount of calcium and other essential nutrients as whole milk, but less fat and calories. Top fruit salads and baked potatoes with low-fat yogurt. If you are lactose intolerant, try lactose-free milk or fortified soymilk (soy beverage).	Eat a variety of foods from the protein food group each week, such as seafood, beans and peas, and nuts as well as lean meats, poultry, and eggs. Twice a week, make seafood the protein on your plate. Choose lean meats and ground beef that are at least 90% lean. Trim or drain fat from meat and remove skin from poultry to cut fat and calories.

For a 2,000-calorie daily food plan, you need the amounts below from each food group.

To find amounts personalized for you, go to ChooseMyPlate.gov.

Eat 2½ cups every day	Eat 2 cups every day	Eat 6 ounces every day	Get 3 cups every day	Eat 5½ ounces every day
What counts as a cup? 1 cup of raw or cooked vegetables or vegetable juice; 2 cups of leafy salad greens	What counts as a cup? 1 cup of raw or cooked fruit or 100% fruit juice; ½ cup dried fruit	What counts as an ounce? 1 slice of bread; ½ cup of cooked rice, cereal, or pasta; 1 ounce of ready-to-eat cereal	What counts as a cup? 1 cup of milk, yogurt, or fortified soymilk; 1½ ounces natural or 2 ounces processed cheese	What counts as an ounce? 1 ounce of lean meat, poultry, or fish; 1 egg; 1 Tbsp peanut butter; ½ ounce nuts or seeds; ¼ cup beans or peas

Cut back on sodium and empty calories from solid fats and added sugars



Look out for salt (sodium) in foods you buy. Compare sodium in foods and choose those with a lower number.

Drink water instead of sugary drinks. Eat sugary desserts less often.

Make foods that are high in solid fats—such as cakes, cookies, ice cream, pizza, cheese, sausages, and hot dogs—occasional choices, not every day foods.

Limit empty calories to less than 260 per day, based on a 2,000-calorie diet.

Be physically active your way

Pick activities you like and do each for at least 10 minutes at a time. Every bit adds up, and health benefits increase as you spend more time being active.

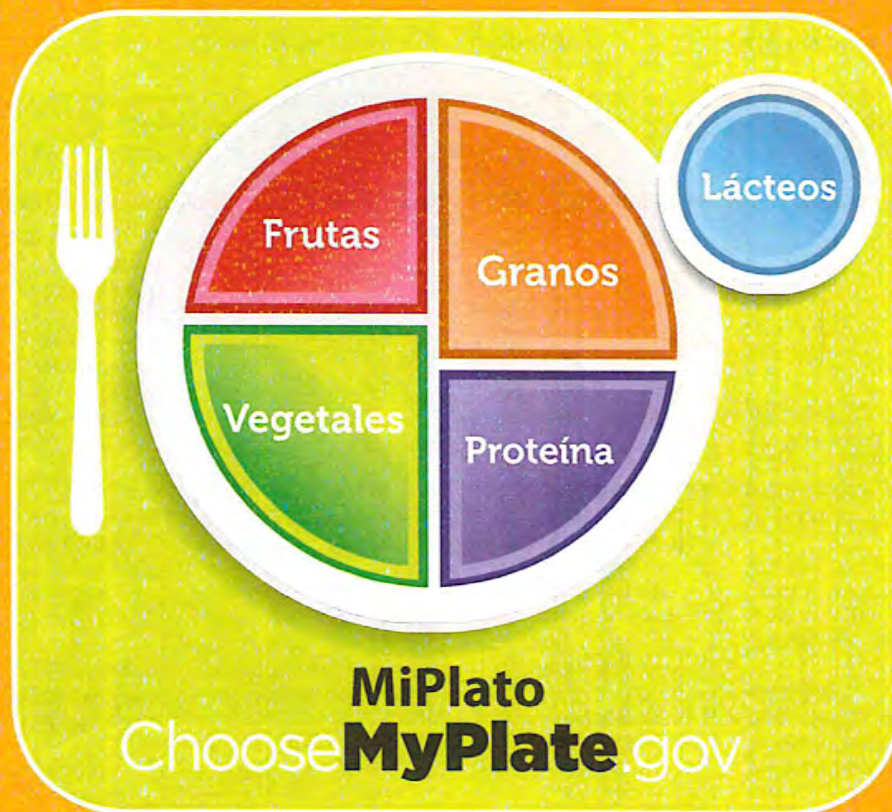
Children and adolescents: get 60 minutes or more a day.

Adults: get 2 hours and 30 minutes or more a week of activity that requires moderate effort, such as brisk walking.



U.S. Department of Agriculture • Center for Nutrition Policy and Promotion
August 2011
CNPP-25
USDA is an equal opportunity provider and employer.

¿Qué hay en su plato?



Antes de comer, piense qué y cuánto va a servir en el plato, tazón o vaso. Durante el transcurso del día, incluya alimentos de todos los grupos: vegetales, frutas, granos integrales, lácteos bajos en grasa y alimentos que contengan proteína y sean bajos grasas.



Haga que la mitad de su plato contenga frutas y vegetales.



Asegúrese de que por lo menos la mitad de los granos consumidos sean integrales.



Cambie a leche descremada o con 1% de grasa.



Varíe sus fuentes de proteína.

Vegetales	Frutas	Granos	Lácteos	Proteínas
Coma más vegetales rojos, anaranjados y verde oscuro como tomates, camotes (batatas) y brócoli como parte de los platos principales. Agregue legumbres a las ensaladas (frijoles o garbanzos), sopas (guisantes o lentejas) y a los platos de acompañamiento (frijoles pintos o cocidos en salsa dulce), o sírvalos como plato principal. Considere todo tipo de vegetales: frescos, congelados y enlatados. Elija vegetales enlatados con "sodio reducido" o "sin sal agregada" ("reduced sodium" o "without added salt").	Use frutas como bocadillos, en ensaladas y postres. En el desayuno agregue bananas o fresas a su cereal; agregue arándanos a sus panqueques. Compre frutas secas, congeladas o enlatadas (en agua o 100% jugo), así como frutas frescas. Al seleccionar jugos, elija jugos 100% de fruta.	Elija opciones de panes, rosas de pan, panecillos, cereales para el desayuno, galletas, arroz, y fideos y tallarines hechos de granos integrales en lugar de granos refinados. Busque en la lista de ingredientes de las etiquetas de los productos por las palabras "integral" o "grano integral" ("whole grain") antes del nombre del ingrediente. Elija productos que incluyan algún grano integral como el primer ingrediente de la lista.	Beba leche descremada (sin grasa) o de 1% de grasa (baja en grasa). Esta contiene la misma cantidad de calcio y otros nutrientes esenciales que la leche entera, pero con menos grasa y calorías. Use yogur bajo en grasa como aderezo para ensaladas de fruta y papas. Si no tolera la lactosa, pruebe leche sin lactosa o leche de soja enriquecida (bebida de soja).	Coma variedad de alimentos del grupo de la proteína cada semana, como: pescado, mariscos, legumbres y nueces; así como carnes magras de res y ave, y huevos. Haga que la proteína en su plato provenga de pescado y mariscos, dos veces por semana. Elija carnes magras y carne molida que sea por lo menos 90% magra. Recorte o escurra la grasa de las carnes y quiteles el pellejo a las carnes de ave para reducir la grasa y las calorías.

Para llevar un plan de alimentación de 2,000 calorías al día, usted necesita las cantidades indicadas de los siguientes grupos de alimentos.
 Para encontrar las cantidades indicadas para usted, visite ChooseMyPlate.gov.

Consuma 2½ tazas al día	Consuma 2 tazas al día	Consuma 6 onzas al día	Consuma 3 tazas al día	Consuma 5½ onzas al día
¿Cómo se calcula una taza? 1 taza de vegetales crudos o cocidos, o de jugo de vegetales; 2 tazas de vegetales de hoja crudas	¿Cómo se calcula una taza? 1 taza de frutas crudas o cocidas, o de jugo 100% de fruta; ½ taza de frutas secas	¿Cómo se calcula una onza? 1 rebanada de pan; ½ taza de arroz, cereal, o fideos o tallarines cocidos; 1 onza de cereal listo para comer	¿Cómo se calcula una taza? 1 taza de leche, yogur, o leche de soja fortificada; 1½ onzas de queso natural; 2 onzas de queso procesado	¿Cómo se calcula una onza? 1 onza de carne de res o ave magra, pescado o mariscos; 1 huevo; 1 cucharada de mantequilla de cacahuete (maní); ½ onza de nueces o semillas; ¼ de taza de legumbres

Reduzca el sodio y las calorías sin valor nutritivo provenientes de las grasas sólidas y los azúcares agregados



Vea cuánta sal (sodio) contienen los alimentos que compra. Compare el sodio en los alimentos y elija los que tengan menos.

Beba agua en lugar de bebidas con azúcar. Coma alimentos azucarados con menos frecuencia.

Haga que las comidas con grandes cantidades de grasas saturadas, como pasteles, galletas dulces, helado, pizza, queso, chorizo y salchichas, sean opciones ocasionales y no comidas diarias.

Limite las calorías sin valor nutritivo a menos de 260 al día, para una dieta de 2,000 calorías al día.

Esté físicamente activo a su manera

Elija actividades que le gusten y haga cada una de ellas por lo menos durante 10 minutos por vez. Todo ello se acumula y los beneficios de salud aumentan a medida que dedica más tiempo a estar activo.

Niños y adolescentes: 60 minutos o más al día.

Adultos: 2 horas y 30 minutos o más por semana de una actividad que requiera esfuerzo moderado, como caminar a paso rápido.



Departamento de Agricultura de los EE.UU. Centro para Políticas y Promoción de la Nutrición.
 Agosto de 2011
 CNPP-25-S
 El USDA es un proveedor y empleador que ofrece igualdad de oportunidades para todos.

Children need healthy teeth.

Healthy teeth help them to chew and to speak clearly. Baby teeth also make space for adult teeth. Young children want to brush their own teeth, but they need help. Until your child is about 7 or 8, you should brush her teeth.

Give your child a healthy start! Here are tips to keep your child's teeth and gums healthy.

Take Care of Your Child's Mouth

- Brush your child's teeth with toothpaste with fluoride (floor-ide) twice a day, after breakfast and before bed. Use a soft toothbrush made for young children.
- For children under age 2, use a small smear of toothpaste. For children ages 2–5, use toothpaste the size of a pea.



Smear



Pea-size

- Brush the front and back of your child's teeth. Lift his lips to brush at the gum line of his front teeth.
- Make sure your child spits out the toothpaste after brushing. Do not have your child rinse with water. The toothpaste that stays in your child's mouth is good for his teeth.
- Floss your child's teeth if they touch each other. Ask dental office staff for help.
- If your child has sore gums from a tooth coming in, give him a cold teething ring, cool spoon, or cold wet washcloth. Or you can rub your child's gums with a clean finger.
- Germs can pass from your mouth to your child's mouth. Use a different spoon to taste your child's food. If your child's pacifier falls on the floor, clean it with water.
- Do not dip pacifiers in sweet foods like sugar, honey, or syrup.

Give Your Child Healthy Foods

- Give your child healthy foods. Give her foods like fruits, vegetables, whole-grain products like bread or crackers, and dairy products like milk, yogurt, or cheese. Lean meats, fish, chicken, eggs, and beans are also good for your child.
- Wean your child from a bottle to a cup by age 12 to 14 months.
- Do not put your child to sleep with a bottle filled with milk, juice, or sugary drinks like fruit-flavored drinks or pop (soda).
- Serve juice in a cup with no lid, not a bottle. Do not give your child more than 4 to 6 ounces of juice each day. Give your child 100-percent fruit juice only. It is even better to give your child fruit instead of juice.
- Give your child water several times a day. The water should have fluoride.
- Give your child fewer sweets like candy, cookies, or cake. And give your child fewer sugary drinks. If you give your child sweets or sugary drinks, give them at mealtimes only.
- Reward your child with a big smile or a hug, not with food.



Los niños necesitan tener dientes sanos. Los dientes sanos les ayudan a masticar y a hablar claramente. Además los dientes de leche mantienen el espacio para los dientes de adulto. Los niños pequeños quieren cepillarse los dientes solos, pero necesitan ayuda. Tú debes cepillarle los dientes a tu niño hasta que tenga 7 u 8 años.

¡Dale a tu pequeño un comienzo sano! Los siguientes consejos son para mantener saludables los dientes y encías de tu niño.

Cuida de la boca de tu pequeño

- Cepíllale los dientes a tu niño con pasta con fluoruro dos veces al día. Cepíllale los dientes después del desayuno y antes de acostarlo a dormir. Usa un cepillo suave hecho especialmente para niños pequeños.
- Para niños menores de 2 años, usa un poquitito de pasta. Para los niños de 2 a 5 años, coloca una cantidad de pasta del tamaño de un chícharo.



Un poquitito de pasta



Pasta del tamaño de un chícharo

- Cepíllale los dientes a tu niño por delante y por detrás. Levántale el labio para cepillar la línea de la encía de los dientes de enfrente.
- Asegúrate que tu niño escupa la pasta después de cepillarlo. No dejes que se enjuague con agua. La pasta que se le queda en la boca a tu niño es buena para sus dientes.
- Utiliza el hilo dental si los dientes de tu niño están juntos. Pídele ayuda al personal de la oficina del dentista.
- Si tu niño tiene las encías hinchadas porque le está brotando un diente, dale un masticador frío, una cuchara fría o una toallita mojada en agua fría o puedes sobarle las encías con tu dedo limpio.
- Los gérmenes pueden pasar de tu boca a la boca de tu niño. Usa una cuchara diferente para probar la comida de tu niño. Si se cae

al piso el chupón de tu niño, lávalo con agua.

- Nunca metas los chupones en dulce como azúcar, miel o almíbar.

Dale a tu pequeño comidas saludables

- Dale a tu pequeño alimentos saludables. Dale comidas como frutas, verduras, productos de grano integral como pan o galletas y productos lácteos como leche, yogurt o queso. Carnes magras, pescado, pollo, huevos y frijoles son también muy buenos para tu niño.
- Enseña a tu niño a tomar de una taza y no del biberón a los 12 a 14 meses.
- Nunca pongas a dormir a tu niño con el biberón lleno de leche, jugo o bebidas azucaradas como bebidas con sabor a fruta o refrescos (sodas).
- Sirve el jugo en una taza sin tapa, nunca en un biberón. No le des a tu niño más de 4 a 6 onzas de jugo al día. Dale a tu niño sólo jugo que sea cien por ciento jugo de frutas. Es aún mejor darle a tu niño la fruta en vez del jugo.
- Dale agua a tu niño varias veces al día. El agua debe tener fluoruro.
- Dale menos golosinas a tu niño, como dulces, galletas o pasteles y dale menos bebidas azucaradas. Si le das golosinas o bebidas dulces, que sea con las comidas solamente.
- Recompensa a tu niño con una linda sonrisa o un abrazo, nunca con comida.



Get Dental Care for Your Child

- Check your child's teeth and gums once a month. Look for white spots. If you see white spots, take your child to a dentist right away.
- If your child has not been to the dentist, make an appointment.
- Continue to visit the dentist to have your child's teeth and gums checked. The dentist will tell you when you need to come back.

Keep Your Own Mouth Healthy

- Brush your teeth with a soft toothbrush and toothpaste with fluoride, twice a day, after breakfast and before bed.
- Floss once a day before bedtime.
- Eat healthy foods, like whole-grain products, dairy products, fruits, vegetables, meat, fish, chicken, eggs, beans, and nuts.
- Eat fewer sweets like candy, cookies, or cake. Drink fewer sugary drinks like fruit-flavored drinks or pop (soda). Eat sweets or drink sugary drinks at mealtimes only.
- Get dental care.



Resources

Finding a Dentist

- <http://www.aapd.org/finddentist>
- <http://www.ada.org/ada/findadentist/advancedsearch.aspx>
- <http://www.knowyourteeth.com/findadentist>

Finding Low-Cost Dental Care

- <http://www.nidcr.nih.gov/FindingDentalCare/ReducedCost/FLCDC.htm>

Finding Dental Insurance Coverage

- <https://www.insurekidsnow.gov>

Cite as: Holt K, Barzel R. 2009. *A Healthy Smile for Your Young Child: Tips to Keep Your Child Healthy*. Washington, DC: National Maternal and Child Oral Health Resource Center.

A Healthy Smile for Your Young Child: Tips to Keep Your Child Healthy © 2009 by the National Maternal and Child Oral Health Resource Center, Georgetown University. Third printing.

This publication was made possible by grant number H47MC00048 from the Maternal and Child Health Bureau (MCHB), Health Resources and Services Administration (HRSA), U.S. Department of Health and Human Services (DHHS). Permission is given to photocopy this publication or to forward it, in its entirety, to others. Requests for permission to use all or part of the information contained in this publication in other ways should be sent to the address below.

National Maternal and Child Oral Health Resource Center
Georgetown University
Phone: (202) 784-9771
E-mail: OHRInfo@georgetown.edu
Website: <http://www.mchoralhealth.org>



A Healthy Smile for Your Young Child

Tips to Keep Your Child Healthy



Taking care of your young child's teeth and gums is important.

Brush your child's teeth, give your child healthy foods, and take your child to the dentist. If you take care of your teeth, it will help your child's teeth stay healthy, too.

Obtén cuidado dental para tu pequeño

- Examina los dientes y las encías de tu niño una vez al mes. Fíjate bien que no tenga manchas blancas en los dientes. Si ves manchas blancas, lleva a tu niño al dentista inmediatamente.
- Si tu niño no ha visitado al dentista, haz una cita.
- Continúa visitando al dentista para que le revisen los dientes y encías a tu niño. El dentista te dirá cuándo tienes que regresar.

Mantén tu propia boca sana

- Cepíllate los dientes con un cepillo suave y con pasta con fluoruro dos veces al día, después del desayuno y antes de dormir.
- Utiliza el hilo dental una vez al día antes de dormir.
- Come alimentos saludables, como productos de grano integral, productos lácteos, frutas, verduras, carne, pescado, pollo, huevos, frijoles y nueces.
- Come menos golosinas como dulces, galletas o pasteles. Toma menos bebidas azucaradas como bebidas con sabor a frutas o refrescos (sodas). Come y bebe cosas dulces sólo con las comidas.
- Obtén cuidado dental.



Recursos

Cómo encontrar a un dentista

- <http://www.aapd.org/finddentist>
- <http://www.ada.org/ada/findadentist/advancedsearch.aspx>
- <http://www.knowyourteeth.com/findadentist>

Cómo encontrar cuidado dental de bajo costo

- <http://www.nidcr.nih.gov/FindingDentalCare/ReducedCost/FLCDC.htm>

Cómo encontrar cobertura de tu seguro dental

- <https://www.insurekidsnow.gov>

Cítese como: Holt K, Barzel R. 2009. *Una sonrisa saludable para tu niño pequeño: Consejos para mantener sano a tu niño*. Washington, DC: National Maternal and Child Oral Health Resource Center.

Una sonrisa saludable para tu niño pequeño: Consejos para mantener sano a tu niño © 2009 por el National Maternal and Child Oral Health Resource Center, Georgetown University. Tercera impresión.

Esta publicación fue posible por medio de la beca número H47MC00048 de: Maternal and Child Health Bureau (MCHB), Health Resources and Services Administration (HRSA), U.S. Department of Health and Human Services (DHHS). Se otorga permiso para fotocopiar esta publicación, así como para reenviarla en su totalidad a otros. Las solicitudes de permiso para usar la totalidad o parte de la información contenida en esta publicación en formas diferentes deberán ser enviadas a la siguiente dirección.

National Maternal and Child Oral Health Resource Center
Georgetown University
Teléfono: (202) 784-9771
Correo-E: OHRInfo@georgetown.edu
Sitio web: <http://www.mchoralhealth.org>



Una sonrisa saludable para tu niño pequeño

Consejos para mantener sano a tu niño



El cuidado de los dientes y encías de tu niño pequeño es importante. Cepíllale los dientes a tu niño, dale a tu niño comida saludable y lleva a tu niño al dentista. Si tú cuidas de tus dientes, esto ayudará a que los dientes de tu niño también permanezcan sanos.

ERSEA & FAMILY ENGAGEMENT

ERSEA Y PARTICIPACIÓN DE LA FAMILIA





ERSEA & FAMILY ENGEMENT

Amanda Perez, ERSEA & Family Services Coordinator

Head Start believes parents are an important part of their child's development and that they are their child's first and best teacher!

Parents are always welcome and encouraged to:

- 📖 Visit the center during operating hours and observe their child
- 📖 Participate in monthly parent meetings and other educational opportunities at the center or in the community
- 📖 Share their time, talents, and skills by participating in volunteer *projects, such as reading to children, helping with classroom projects, outdoor activities, lawn & garden, etc.
- 📖 Participate in home visits with Teachers and Family Advocates. During these visits the child's progress is discussed and family goals are set. In addition, other resources & support are provided as needed.
- 📖 Help plan classroom curriculum & activities, attend health or education advisory committee meetings
- 📖 Serve on the Head Start Policy Council, Health, Education, Selection and Father Involvement Committees or become a Parent Representative at your Parent Center Committee where important program decisions are made.

* Volunteers at the center must complete a volunteer packet & orientation which includes a Volunteer Criminal Background Check. All volunteers are subject to Child Care Licensing Standards and the Head Start Program Volunteer Policies and Procedures. Other regulations may apply, depending on the activity.

The full Family Engagement Service Plan may be reviewed on the Community Action Inc. website (www.communityaction.com) or by request to the Center Director.

Parental Notifications

- 📖 In the event of an emergency the Emergency Evacuation Plan will be followed. The plan will be followed when there is a serious accident, injury or illness, or during a dangerous event such as fire or flood. Phone contact will be made as soon as possible.
- 📖 Notices about changes in policy, field trip plans, school & community events, parent meetings, school closings, etc. will be provided to families by signs, monthly newsletters, calendars, notes or announcements. All notices are in the family's native language.

Special Program Activities

Parents as Teachers

ERSEA Y PARTICIPACIÓN DE LA FAMILIA

Amanda Perez-Coordinadora de ERSEA y Servicios para la Familia



¡Head Start cree que los padres tienen una parte importante en el desarrollo de su hijo(a) y que ellos son los primeros y mejores maestros de sus hijos!

Los padres siempre son bienvenidos y se les anima para que:

- 📖 Visiten el centro durante las horas de operación y observen a su hijo
- 📖 Participen en juntas mensuales de padres y otras oportunidades educativas en el centro o en la comunidad
- 📖 Compartan su tiempo, talentos, y habilidades al participar en nuestros proyectos de voluntario*, así como leer a los niños, ayudar en proyectos del aula, actividades al aire libre, jardinería, etc.
- 📖 Participen en visitas en casa con las maestras y trabajadores sociales. Durante estas visitas el desarrollo de los niños es discutido y las metas familiares son identificadas. Además, otros recursos y apoyo son proveídos cuando sea necesario.
- 📖 Ayuden planear el currículo del aula y las actividades, asistir a las reuniones del comité de asesoría de salud y educación.
- 📖 Sean miembros del Consejo de la Política de Head Start, comités de salud, educación, selección, y participación del padre o sean un representante del comité de padres donde decisiones importantes sobre el programa son hechas.

* Voluntarios en el centro deberán completar un paquete de voluntario y recibir orientación que incluye un chequeo de antecedentes penales. Todos los voluntarios son sujetos a las Normas Mínimas para Centros de Cuidado de Niños y las políticas y procedimientos para voluntarios de Head Start. Otros reglamentos pueden aplicar dependiendo de la actividad.

El plan completo de los Servicios de Participación Familiar puede ser revisado en la página de internet de Community Action Inc. (www.communityaction.com) o pidiéndosela a la directora del centro.

Avisos a los Padres

- 📖 En caso de una emergencia, se seguirá el plan de Evacuación de Emergencia. Se seguirá el plan cuando hay un accidente serio, una lesión o enfermedad, o durante eventos peligrosos como un incendio o una inundación. Contacto por teléfono será hecho lo más pronto posible.
- 📖 Avisos sobre cambios a las políticas del programa, viajes de excursión, eventos de la escuela o comunidad, junta de padres, cerramiento de escuela, etc. serán proveídas a las familias por medio de letreros, boletines mensuales, calendarios, notas, o anuncios. Todos los avisos serán en el lenguaje natal de la familia.

Actividades de Programas Especiales

Padres como Maestros

CAI Head Start Program offers workshops, trainings, and learning opportunities for families. Various sessions are presented in collaboration with community agencies. To accommodate family schedules various sessions are offered both during the day and in the evening. Topics include:

- 📖 How Young Children Learn
- 📖 Family Style Meals
- 📖 Nutrition
- 📖 Budgeting and Financial Management
- 📖 Positive Parenting and Behavioral Management
- 📖 Dental Health Care
- 📖 First Aid and CPR
- 📖 Mental Wellness

Parents are encouraged to participate in special events at our program sites.

Special activities that take place during the regular school day are to promote bonding between the enrolled child and parent. Because this is a special time for the parent and child other family members are not allowed on-site during these events.

Parents and siblings are encouraged to share in activities that fall outside of the center's regular hours. These activities include the Fall and Winter celebrations and the Moving-On Celebration at the end of the year.

The following types of parent-child activities may occur during the school year:

- 📖 Field Trips (siblings are not allowed to participate in these events)
 - Permission is signed at enrollment (additional permission slips signed as needed)
 - Notices will be posted in classrooms and/or parent bulletin boards
 - Infants and toddlers take walks in "bye-bye buggy"
 - Children 3 and up take in-town educational trips in bus
- 📖 Water activities (siblings are not allowed to participate in these events)
 - Sensory play in water tables
 - Sprinklers on playground
 - Children over 3 years may have sprinklers on the playground.
- 📖 Classroom Pets and Animals
 - Caring for pets is a wonderful way for children to learn responsibility and nurturing skills.

Any animal brought into the classroom must be examined by a veterinarian prior to being brought in to the class. A certificate of health will be on file at the center. (This does not apply to fish.)

Procedures to Release Children

- 📖 Children will be released to legal parents/guardians and persons they list on the Child's Emergency Card. Parents **must** keep this information up to date.
- 📖 Child Custody/Visitation Orders and Protective Orders are followed.
- 📖 Special procedures are in place if someone not on the Child's Emergency Card appears and requests to pick up child.
- 📖 Same procedures apply to children riding the Head Start bus.
- 📖 Children are not to be released to professionals or any individual without proper documented authority (Identification Card).

El programa de Head Start de CAI ofrece talleres, entrenamientos, y oportunidades de aprendizaje para las familias. Varias sesiones son presentadas en colaboración con agencias comunitarias. Para ajustarse al horario de la familia, las sesiones son ofrecidas durante el día y en la tarde. Los temas cubiertos incluyen:

- 📖 Como Aprenden los Niños Pequeños
- 📖 Comidas Estilo Familiar
- 📖 Nutrición
- 📖 Mantenimiento de Presupuesto y Finanzas
- 📖 Crianza Positiva y Manejo de Comportamiento
- 📖 Cuidado de Salud Dental
- 📖 Primeros Auxilios y Reanimación Cardiopulmonar
- 📖 Bienestar Mental

Los padres son animados a participar en eventos especiales en nuestros centros.

Las actividades especiales que toman lugar durante el día escolar son para promover el vínculo entre el niño inscrito y el padre. Por la razón de que este tiempo es especial para el padre y el niño, otros miembros de la familia no están permitidos asistir en el centro durante estos eventos.

Se les anima a los padres y hermanos/hermanas a compartir actividades que se llevan a cabo fuera del horario regular del centro. Estas actividades incluyen las celebraciones de otoño y invierno y la celebración de fin de año al terminar el año escolar.

Los siguientes tipos de actividades de padre-hijo pueden ocurrir durante el año:

- 📖 Viajes de excursión (hermanitos/hermanitas no son permitidos participar en este evento)
 - El permiso es firmado durante la inscripción (permisos adicionales son firmados cuando sea necesario)
 - Avisos serán anunciados en el aula y/o en los tableros de anuncios de padres
 - Los bebés y niños pequeños toman caminatas en la carriola
 - Niños mayores de 3 años son llevados en excursiones por la ciudad en autobús
- 📖 Actividades de Agua (hermanitos/hermanitas no son permitidos participar en este evento)
 - Juego de sensación en mesas de agua
 - Rociadores en el patio
 - Niños arriba de 3 años pueden tener rociadores en el patio de recreo
- 📖 Animales y Mascotas del Aula
 - Cuidando de mascotas es una manera maravillosa para que los niños aprendan de responsabilidad y habilidades de cuidado.

Cualquier animal que entre al aula debe ser examinado por un veterinario antes de entrar en el salón. Un certificado de salud debe estar archivado en el centro. (Esto no aplica a los pescados).

Procedimientos para la Entrega de Niños

Los niños son entregados a los padres legales/guardianes y a las personal que están en la Lista de Emergencia del niño. Los padres **deben** mantener esta lista actualizada.

- 📖 Las ordenes de custodia de niño/visitación son seguidas
- 📖 Procedimientos especiales están puestos en lugar si alguien que no está en la Lista de Emergencia viene a recoger al niño.
- 📖 Los mismos procedimientos aplican para los niños que usan el autobús de Head Start
- 📖 Los niños no deberán ser entregados a profesionales o cualquier otro individuo que no tenga una identificación apropiada (Tarjeta de Identificación).

- ☞ Children will not be released to any person showing signs or acting like they may be under the influence of alcohol or other substance (red, glassy eyes, slurring speech). Staff will contact another person on the child's Emergency Card. Local police may be contacted if assistance is needed.

Head Start *Procedures to Release Children* is signed at enrollment and a copy is in the Parent Handbook. The full ERSEA Service Plan may be reviewed on the Community Action Inc. website (www.communityaction.com) or by request to the Center Director.

Child Custody Situations

It is Community Action, Inc. of Central Texas Head Start Program's intent to meet the needs of children, especially when the parents may be experiencing difficult situations such as a divorce, separation, or remarriage. Sharing information about such situations may be helpful to the staff (and your child) and will remain strictly confidential.

Our program cannot legally restrict the non-custodial parent from visiting the child, reviewing the child's records, or picking the child up unless we have been furnished with legally filed, executed and current court documents. Copies of all court documents must be submitted to the Center Director or Family Advocate. In case of conflicts, the proper authorities will be contacted.

- niños no serán entregados a personas mostrando señales o actuando como si estén bajo la influencia del alcohol u otras sustancias (ojos rojos y vidriosos, dificultad en el habla). El personal contactará a otra persona en la Lista de Emergencias.

El *Procedimiento para la Entrega de Niños* de Head Start es firmada durante la inscripción y una copia es dada con la Guía de Padres.

El plan completo de ERSEA puede ser revisado en la página de internet de Community Action Inc. (www.communityaction.com) o pidiéndoselo a la directora del centro

Situaciones de Custodia de Niños

Es la intención del programa de Head Start de Community Action, Inc. de Central Texas satisfacer las necesidades de los niños, especialmente cuando los padres pueden estar pasando por una situación difícil como el divorcio, la separación, o un nuevo matrimonio. Compartiendo información sobre estas situaciones pueden ayudar al personal (y a su hijo) y se mantendrá estrictamente confidencial.

Nuestro programa no puede restringir legalmente al padre que no tiene custodia de visitar a su niño, revisar el expediente del niño, o de recoger al niño, solo que nosotros hayamos recibido documentos legales, ejecutados, y ordenados por la corte. Copias de los documentos de la corte deben ser proporcionados a la directora del centro o al trabajador social. En caso de conflictos, las autoridades apropiadas serán contactadas.

Attendance and Tardy Policy

Attendance

We know that children who attend our program **daily and on time** experience better outcomes than those children who attend only occasionally. We also maintain a long waiting list of children and families who would like to participate in the program but cannot, due to a limited number of available slots.

Additionally, Head Start Program Performance Standards require us to maintain a monthly average daily attendance of 85% or more.

Our attendance policy, as described to you when you enrolled your child in our program, includes the following:

1. All center-based absences must be reported. Please contact the center as early as possible if your child will be absent or late that day.
2. If a child is absent for 3 days in a row and the parent has not contacted the center, the Family Advocate will complete a home visit to contact the family to identify the reasons for the absence. If the absence is due to medical reasons, a doctor's note is required.
3. Chronic absenteeism may result in the child's slot being considered an enrollment vacancy.

Arrival Times/Tardies

Inconsistent daily/weekly routines can make adjustment to the group care situation difficult for children. Parents are encouraged to bring their children to the Center by **9:00 a.m (Centers open at 7:30am, breakfast is served at 8am)**. Children will be accepted at **any** time that parents bring them to the Center; however, we encourage you to bring your child before 9am for the following reasons:

1. Teacher's plan the children's morning curriculum around this schedule. The drop off routine is an important part of our individualized curriculum, but we also want to ensure that the child benefits from the full schedule of daily activities including time to form friendships and learn social and play skills.
2. Children who arrive late miss important time to start the morning routine with other children. Transitions are easier when children arrive during the scheduled arrival time. Arrival at any other time is difficult for the young child.
3. Older children lie down for rest and naps as a group. The child who has slept in and arrives late is "out of sync" with the rest of the group for the remainder of the day and this adjustment can be hard for the child.

Please make every effort to bring your child by 9am every day he/she is well enough to attend. We want to make this experience the best for both you and your child, so we can work with you on any issues related to your child's late arrival and will work with you to create a family support plan.



Welcome to Parents as Teachers

Children come into this world ready for love and learning. You are your child's first and most influential teacher. But your baby was not born with directions! Parents as Teachers informs, supports, and encourages parents like you in this important role.

Parents as Teachers has a vision: that all children will grow and develop to reach their full potential. Isn't that what we all want for our children? Through Parents as Teachers, you will partner with a parent educator focused on your child's healthy growth and development.

Your parent educator will personalize information to fit with your family's needs, concerns, and hopes. Together you will discuss goals for you as a parent and for your child. You will build on your strengths and skills.

Parent-child interaction

The love you have for your child and your warm, responsive interactions support her trust in this new wonderful world. With your love and interactions, she will grow and thrive.

Development-centered parenting

Share what you see your child doing. Your parent educator will help connect those behaviors and actions to what is happening in her development.

Family well-being

You are building a healthy, nurturing environment for your child. Your parent educator is there to broaden your knowledge as you make decisions for your child and family.

Contact information

> If questions come up between visits, or if you need to reschedule, you can contact your parent educator using this information.

> _____
(parent educator's name)

The best way to reach my parent educator is:

The best time is:

I would like my parent educator to contact me by:

Thank you for letting us be a partner with you and your family!



Bienvenidos a Parents as Teachers

Los niños llegan al mundo listos para recibir amor y para aprender. Ustedes son los primeros y más influyentes maestros de su hijo. ¡Pero su bebé no trajo un manual de instrucciones al nacer! Parents as Teachers informa, brinda apoyo y anima a los padres como ustedes en este importante papel.

Parents as Teachers tiene una visión que todos los niños aprenderán, crecerán y se desarrollarán para alcanzar su máximo potencial. ¿No es eso lo que todos queremos para nuestros niños? A través de Parents as Teachers, ustedes trabajarán junto con un educador de padres enfocándose en el crecimiento y desarrollo saludable de su hijo.

El educador de padres que trabajará con ustedes personalizará la información para adaptarla a las necesidades, inquietudes y esperanzas de su familia. Juntos hablarán

sobre las metas para ustedes como padres y para su hijo. Continuarán desarrollando sus fortalezas y habilidades.

Interacción entre padres e hijos

El amor que sienten por su hijo, y sus interacciones cariñosas y receptivas lo ayudan a tener confianza en este nuevo y maravilloso mundo. Con su amor y estas interacciones, su hijo crecerá y se desarrollará.

Crianza centrada en el desarrollo

Compartan lo que vean hacer a su hijo. Su educador de padres los ayudará a conectar esas conductas y acciones con lo que está sucediendo en el desarrollo del niño.

Bienestar de la familia

Ustedes están creando un ambiente saludable y favorable para el desarrollo de su hijo. Su educador de padres está ahí para ampliar sus conocimientos cuando tengan que tomar decisiones para su hijo y su familia.

Información de contacto

Si surgen dudas entre las visitas, o si necesita cambiar una visita, puede comunicarse con su educador de padres usando esta información.

(nombre del educador de padres)

La mejor manera para comunicarme con mi educador de padres es:

El mejor horario es:

Me gustaría que mi educador de padres se comunicara conmigo de la siguiente manera:

¡Gracias por permitirnos trabajar como socios con ustedes y su familia!

PROCEDURES TO RELEASE CHILDREN

1. Your child will be released to those persons listed by you on the Emergency Card and legal parents/guardians. If you have a protective order or child custody/visitation order that specify a visitation schedule, please bring us these papers so we can make a copy for your file.
2. If a person other than those listed on the Emergency Card comes to pick up your child you must do the following:
 - A. Parent or guardian must telephone the center and let 2 staff members (a second person will listen to call) know who will pick up the child.
 - B. If a parent or guardian does not call the center, then 2 staff members must telephone the parent or guardian and ask for permission to release the child to the person.
 - C. The telephone conversation will be documented in the Child Plus database by one staff member with second staff member's name.
 - D. When a new person comes to pick up the child, they must show a picture I.D. Staff will make a photocopy of the ID and keep the copy for 24 hours. Must be at least 16 years of age.
 - E. The parent or guardian will be asked to come to the center and add the name of the newly authorized individual onto the Emergency Card within 2 days.
 - F. These same procedures will be used with children who ride the bus and are being released to an individual who is not listed on the Emergency Card.
3. Notes from parents asking staff to release a child to individuals not mentioned on the Emergency Card will be filed in the child's folder. Staff members who receive these notes must sign and date them.
4. Children will not be released to professionals or any individual without the proper documented authority. Staff will make a photocopy of the ID and route to Social Services Coordinator if appropriate.
5. **Children will not be released to any person showing signs or acting like they may be under the influence of alcohol or drugs (red glassy eyes, slurring speech). Staff will contact another person on emergency card to release the child to. Staff may call local police or sheriff if needed.**

I have received a copy of the Child Release Procedures. If I should have any questions I will ask the Center Director.

Parent/Guardian Signature/Date: _____

Parent/Guardian Signature/Date: _____

Approved by Policy Council-05/20/00 Revised and approved by Policy Council 6/21/08

(White – Child File / Yellow – Parent)

REGLAS PARA ENTREGAR AL NIÑO

1. El niño será entregado solamente a las personas que están nombrados por el padre en la Tarjeta de Emergencia y a los padres/guardián legales. Si usted tiene una orden de protección o papeles de custodia que especifique que uno de los padres no puede tener al niño, favor de traer una copia para su archivo.
2. Si una persona que no está nombrada en la tarjeta de Emergencia viene a levantar al niño(a), deberá de hacer lo siguiente:
 - A. El padre o guardián debe llamar el centro y hacerle saber al personal de quien va a levantar al niño.
 - B. Si el padre no llama al centro, dos personas del personal del centro deberán llamaran al padre o guardián y pedir permiso para que el niño(a) puede ser entregado a esta persona.
 - C. Se escribirá la conversación telefónica en Child Plus por el personal incluyendo el nombre de la segunda persona.
 - D. Cuando esta persona venga a levantar al niño se le pedirá un identificación con retrato. El personal hará una fotocopia del ID (identificación) y se guardará por 24 horas. La persona debe ser mayor de 16 años de edad.
 - E. Se le pedirá al padre que venga al centro y escriba el nombre de esa persona en la Tarjeta de Emergencia centro de dos días.
 - F. Estas reglas también se aplicaran con los niños que usan el autobús del programa y que sean entregados a un individuo que no está nombrado en la Tarjeta de Emergencia.
3. Notas de los padres diciendo quién debe levantar al niño serán puestas en el folleto del niño con fecha y firmar de la maestra.
4. El niño no será entregado a una persona o individuo profesional sin una autorización documentada. El personal hará una foto copia de la identificación y será enviada al Coordinador de Servicios Sociales si es apropiado.
5. **Los niños no serán entregados a ningún individuo que muestra comportamiento o que parezca estar embriagado o bajo la influencia de drogas (ojos rojos o mal pronunciando de palabras). El personal contactará a otra persona en a lista de contacto de emergencia para entregar al niño(a) si es necesario, El personal puede llamar a la policía.**

He recibido una copia de las Reglas Para Entregar Al Niño. Si yo tengo dudas le preguntare al la Directora del centro.

Firma del Padre oTutor / Fecha: _____

Firma del Padre o Tutor/ Fecha: _____

Approved by Policy Council-05/20/00 Revised and approved by Policy Council 6/21/08

(White – Child File / Yellow – Parent)



PROBLEM SOLVING

When a parent, or another person from the community, has a complaint or problem with the Head Start Program, or any of the Head Start staff, the following steps can be taken. At any time, a parent may ask someone to act as an advocate to help them. The role of the Head Start Staff (Family Advocate, Center Director, and/or Teacher) is to support and guide the parent, while encouraging the parent to speak for themselves.

ONE: Talk with the staff person you are having the concern with.

PARENT TALKS WITH STAFF

If you and the staff member make a plan to work it out, then the staff member will follow-up with you on the plan in 10 business days. If you can't work out a plan with staff, go to step two.

TWO: Talk with that staff person's supervisor.

PARENT TALKS WITH STAFF SUPERVISOR

If you and the supervisor make a plan to work it out, then the supervisor will follow-up with you on the plan in 10 business days. If you can't work out a plan with the supervisor, go to step three.

THREE: Talk with the Head Start Program Director. **SUAD HOOPER 512- 396-3395 Ext. 228**

PARENT TALKS WITH THE HEAD START DIRECTOR

If you and the Head Start Director make a plan to work it out, then the Head Start Director will follow-up with you on the plan in 10 business days. If you can't work out a plan with the HS Director, go to step four.

FOUR: Talk with Executive Director of Community Action. **CAROLE BELVER 512-392-1161 Ext. 328**

PARENT TALKS WITH EXECUTIVE DIRECTOR OF COMMUNITY ACTION

If you and the Executive Director make a plan to work it out, then the Executive Director will follow-up with you on the plan in 10 business days. If you can't work out a plan with the Exec. Director, go to step five.

FIVE: Write a letter to the Policy Council explaining the problem and ask the Policy Council to talk with you at their next meeting.

PARENT TALKS WITH POLICY COUNCIL

Policy Council will write a letter to follow-up within 10 business days after the meeting.
If you still have concerns, go to step six.

SIX: Write a letter to the Community Action Board of Directors explaining the problem and ask the Board of Directors to talk with you at their next meeting.

PARENT TALKS WITH COMMUNITY ACTION BOARD OF DIRECTORS

FINAL SOLUTION: The Board of Directors will follow-up with a letter, within 10 business days after the meeting.

Parent/Guardian Signature

Date

Parent/Guardian Signature

Date

RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS

A continuación se encuentran los pasos a seguir cuando un padre de familia u otro miembro de la comunidad tiene alguna queja o problema con el programa de Head Start o con algún empleado de dicho programa. En cualquier momento, los padres de familia pueden pedirle a alguna persona que actúe de partidario para ayudarles. El papel de dicha persona es de apoyar y de guiar a los padres así como animarlos a que hablen por sí mismos.

UNO: Hablar con el empleado con quien se tiene la queja o el problema.

LOS PADRES DE FAMILIA PLATICAN CON EL EMPLEADO

Si logran solucionar el problema haciendo un plan, el empleado se comunicará con usted dentro de 10 días de negocio para ver cómo van las cosas. Si no se logra resolver el problema, siga al segundo paso.

DOS: Hablar con el supervisor del empleado.

LOS PADRES DE FAMILIA PLATICAN CON EL SUPERVISOR DEL PERSONAL

Si logran solucionar el problema haciendo un plan, el empleado se comunicará con usted dentro de 10 días de negocio para ver cómo van las cosas. Si no se soluciona el problema, siga al tercer paso.

TRES: Hablar con la Directora del Programa de Head Start. **SUAD HOOPER 512-396-3395 ext. 228**

LOS PADRES DE FAMILIA PLATICAN CON EL DIRECTORA DEL PROGRAMA DE HEAD START

Si logran solucionar el problema haciendo un plan, la Directora de Head Start se comunicará con usted dentro de 10 días de negocio para ver cómo van las cosas. Si no se soluciona el problema, siga al cuarto paso.

CUATRO: Hablar con la Directora Ejecutiva de Community Action. **CAROLE BELVER 512-392-1161 ext. 328**

LOS PADRES DE FAMILIA PLATICAN CON LA DIRECTORA EJECUTIVA DE COMMUNITY ACTION

Si logran solucionar el problema haciendo un plan, la Directora Ejecutiva se comunicará con usted dentro de 10 días de negocio para ver cómo van las cosas.

Si no se soluciona el problema, siga al quinto paso.

CINCO: Escribir una carta al Concilio de la Política explicándoles el problema y pedirles que platiquen con usted durante la siguiente junta.

LOS PADRES DE FAMILIA PLATICAN CON EL CONCILIO DE LA POLÍTICA

Si aún siguen los problemas, siga al sexto paso.

El Concilio de la Política le mandará una carta dentro de 10 días de negocio después de la junta

SEIS: Escribir una carta a la Mesa Directiva de Community Action explicándoles el problema y pedir que platiquen con usted durante la siguiente junta.

LOS PADRES DE FAMILIA PLATICAN CON LA MESA DIRECTIVA DE COMMUNITY ACTION

LA SOLUCIÓN FINAL: La mesa directiva le mandará una carta dentro de 10 días de negocio después de la junta.

Firma del padre de familia o guardián

Fecha

Firma del padre de familia o guardián

Fecha

Late Pick Up Procedures

(Revised March 2012) Policy Council approval.

Parents are responsible for picking up their child at the end of the school day. All children are in care during posted center hours.

Center hours: Open: _____ am / pm Close: _____ am / pm
At closing time staff will take children to the late pick up area and call parents.

I, **(parents)** _____, or authorized emergency contact (designated by the parent), am responsible for picking up my child at the end of the school day.

End of the School Day Dismissal

You are late after close time. Late at: _____ am / pm. Follow the steps below.

If parents fail to pick up a child by _____ am / pm (30 minutes after close time) then a phone call to the local authorities Police / Sheriff Office will be made.

Parents must call center in cases of emergency with reasons the parent is late. If transportation is provided by the program, according to the Transportation agreement signed during enrollment, the parent or responsible adult is to be home at the scheduled time of delivery.

If parent or designated responsible adult does NOT pick up child at close time or parent is NOT at home on time for bus drop off, the following steps will take place.

First/Second time late pick up	<u>Action step:</u> 1. Parent signs child out and gives reason for being late. Center Director or Late Person in Charge tracks parent's reason for being late, time of pick up, number of minutes late, etc.	<u>Reference:</u> Dismissal Policy and Procedure #1.	<u>Outcome step:</u> Family Advocate is notified and provides support to family as needed. FA documents all contact in Child Plus.
Third time late pick up	<u>Action step:</u> 1. Parent signs child out and gives reason for being late. Center Director or Late Person in Charge tracks parent's reason for being late, time of pick up, number of minutes late, etc. 2. Parent will meet with Center Director and Family Advocate within 2 days of late pick up to write a plan with steps and timelines. All staff will work with family on plan. 3. Staff will let family know what happens at next time they are late, meeting with ERSEA and Family Services Coordinator	<u>Reference:</u> Dismissal Policy and Procedure #2.	<u>Outcome step:</u> Meeting within 2 days with CD and FA. Appropriate family correction plan discussed and written with family. FA documents all contact in Child Plus.

Fourth time late pick up	<u>Action step:</u> 1. Parent signs child out and gives reason for being late. Center Director or Late Person in Charge tracks parent's reason for being late, time of pick up, number of minutes late, etc. 2. Family will be referred to the ERSEA and Family Services Coordinator for a meeting (with CD and FA) to ensure that all reasonable avenues of assistance have been explored. Parent contract will be completed	<u>Reference:</u> Dismissal Policy and Procedure #3. & #4.	<u>Outcome step:</u> Meeting within a week with CD, FA and ERSEA and Family Services Coordinator to sign/discuss parent contract with consequences clearly defined. FA documents all contact in Child Plus.
Fifth time late pick up	1. Parent signs child out and gives reason for being late. Center Director or Late Person in Charge tracks parent's reason for being late, time of pick up, number of minutes late, etc. 2. If family unable to follow through with parent contract, ERSEA and Family Services Coordinator may make recommendation for child dismissal or parent may choose to withdraw child.	Dismissal Policy & Procedure #4. & #5.	<u>Outcome step:</u> Meeting within a week with CD, FA and ERSEA and Family Services Coordinator to discuss parent follow through and formal recommendation made.

Parent / guardian signature Date

Staff Signature Date

Parent / guardian signature Date

(White – Child File / Yellow – Parent)

Procedimientos de Recogidas Tarde

(Revisado en marzo 2012) Aprobación del Concilio de la Política

Los padres son responsables de recoger a su hijo(a) al final del día escolar. Todos los niños están bajo el cuidado del personal durante las horas del centro anunciadas.

Horas del centro: Abren: _____ am / pm Cierran: _____ am / pm

A la hora de cerrar el personal llevaran a los niños al área de recogidas tarde y llamaran a los padres.

Yo, (padres) _____, o contacto autorizado de emergencia (designado por el padre), soy responsable de recoger a mi hijo(a) al final del día.

Entrega al Final del Día Escolar

Usted esta tarde después de la hora de cierre. Tarde a las: _____ am / pm. Siga los siguientes pasos.

Si los padres no recogen al niño(a) para las _____ am / pm (30 minutos después de cierre) entonces una llamada será hecha a las autoridades locales, Policía o Oficina de Sheriff.

Los padres deben llamar al centro en caso de emergencia con las razones de por qué llegaran tarde. Si transporte es proveído, de acuerdo con el contrato de transporte que firmo durante inscripción, el padre o el adulto responsable tendrán que estar en casa en el tiempo acordado de entrega.

Si el padre o adulto responsable designado NO recoge al niño a la hora de cerrar o si el padre NO está en casa durante el tiempo que el autobús lo deja, los siguientes pasos se tomaran acabo.

Primera/ Segunda vez de recoger tarde	<u>Paso de acción:</u> 1. El padre firma por el niño y le da la razón por llegar tarde. La directora del centro o la persona encargada de las llegadas tardes apuntara la razón del padre por llegar tarde, la hora que lo recogió, número de minutos que llego tarde, etc.	<u>Referencia:</u> Procedimientos y Política sobre Despidos #1	<u>Resultado:</u> Trabajador de Familia será notificado y proveerá apoyo a la familia, según sea necesitado. Trabajador de Familia documentara todo contacto en Child Plus.
Tercera vez de recoger tarde	<u>Paso de acción:</u> 1. El padre firma por el niño y le da la razón por llegar tarde. La directora del centro o la persona encargada de las llegadas tardes apuntara la razón del padre por llegar tarde, la hora que lo recogió, número de minutos que llego tarde, etc. 2. El padre se reunirá con la Directora del centro y Trabajador de la Familia dentro de 2 días de la recogida tarde para escribir un plan con pasos y plazos. Todo el personal trabajara con la familia en el plan.	<u>Referencia:</u> Procedimientos y Política sobre Despidos #2	<u>Resultado:</u> Reunión dentro 2 días con la directora y trabajador de familia. Plan apropiado de corrección familiar será discutido y escrito con la familia. Trabajador de Familia documentara todo contacto en Child Plus.

	3. El personal le hará saber a la familia que pasara la próxima vez que lleguen tarde, que será una reunión con la coordinadora de ERSEA.		
Cuarta vez de recoger tarde	<u>Paso de acción:</u> 1. El padre firma por el niño y le da la razón por llegar tarde. La directora del centro o la persona encargada de las llegadas tardes apuntara la razón del padre por llegar tarde, la hora que lo recogió, número de minutos que llego tarde, etc. 2. La familia será referida a la coordinadora de ERSEA para una reunión (con la directora y trabajador de familia) para asegurar que todas las vías razonables de asistencia han sido exploradas. Contrato de los padres será completada.	<u>Referencia:</u> Procedimientos y Política sobre Despidos #3 y #4	<u>Resultado:</u> Reunión dentro de una semana con la directora, trabajador de familia, y coordinadora de ERSEA para firmar y discutir contrato de padres con las consecuencias claramente definidas. Trabajador de Familia documentara todo contacto en Child Plus.
Quinta vez de recoger tarde	1. El padre firma por el niño y le da la razón por llegar tarde. La directora del centro o la persona encargada de las llegadas tardes apuntara la razón del padre por llegar tarde, la hora que lo recogió, número de minutos que llego tarde, etc. 2. Si la familia no es capaz de seguir adelante con el contrato de familia, la coordinadora de ERSEA puede hacer recomendación para el despido del niño o el padre puede optar por retirar a su hijo(a).	<u>Referencia:</u> Procedimientos y Política sobre Despidos #4 y #5	<u>Resultado:</u> Reunión dentro una semana con la directora, trabajador de familia, y coordinadora de ERSEA para discutir el seguimiento de los padres y recomendaciones formales serán hechas.

Firma del Padre / Tutor

Fecha

Firma del Personal

Fecha

Firma del Padre / Tutor

Fecha

(Blanco – Archivo del Nino / Amarillo – Padres)

CHILD DISMISSAL POLICY & PROCEDURE

Head Start staff and parents must work together to ensure the participation of each child in the Head Start program. Head Start provides many comprehensive services: education, health, nutrition, and social services for children and families. In order for children to benefit from Head Start, parents will need to send the child to Head Start every day that the child is well enough to attend. Head Start also needs parents to help with any medical appointments their child may need. Parents need to also be involved in education & nutritional needs of the child.

Staff will work with families to assist them, but sometimes a family is not ready to truly participate in the Head Start program, and are unable to cooperate with the staff. When this happens, Head Start may decide to dismiss the child, and offer the child's slot to another needy family.

Dismissal procedures will be considered when staff have made every reasonable effort to assist a family in following through with their child's participation in Head Start, and yet the parent continues to be unable to cooperate with the program participation, procedures and policies.

1. Family Advocate consults with the ERSEA and Family Services Coordinator and Center Director to ensure that procedures and policies are followed and all reasonable avenues of assistance have been explored.
2. The family will work together with staff to develop a plan of action to remedy the situation. Family will follow the plan of action. The Team of Center Director, Family Advocate and /or ERSEA and Family Services Coordinator & Family will meet. This team will work to follow the plan of action to remedy the situation. Center Director / Family Advocate will notify the family in writing regarding this meeting and will attempt to telephone the family regarding the meeting date and time.
3. If the parent is unable to follow through with the plan to remedy the situation, then a meeting will be held including the ERSEA and Family Services Coordinator, Family Advocate, the Child's Teacher, other appropriate Content Area Managers and/or the Head Start Director and the Center Director. This team will then discuss the family to ensure that all reasonable efforts have been made and documented to assist the family to participate in the program. This group may then choose to recommend that the child be dismissed from the program. The parent will be notified in writing of the possibility of dismissal from the program and given a copy of the procedure for dismissal.
4. If the family is unable to follow through with this final effort / plan to remedy the situation, then the ERSEA and Family Services Coordinator will discuss in coordination with the Management Team and make the formal recommendation to dismiss a child from services on a case by case basis dependent on the family's situation and effort to meet program participation.
5. The Family Advocate or Center Director will notify the family by telephone, or in person, as well as in writing of the final decision to dismiss the child, including the child's last date for participation in the program. The Family Advocate/Center Director will also notify the appropriate staff of the final decision and put a copy of the letter in the child's file.

Parent/Guardian Signature / Date

Parent/Guardian Signature / Date

(White – Child File / Yellow – Parent)

Revised and Approved by Policy Council on 6/21/08

POLIZA Y PROCEDIMIENTO DE EXPULSION DE NIÑOS

Los empleados del Programa de Head Start y los padres deben trabajar juntos para asegurar la participación de cada niño en el programa. El programa provee no solamente educación para niños jóvenes, pero también muchos servicios de salud, nutrición y servicios sociales para el niño(a) y la familia. Para que el niño se beneficie del programa, los padres necesitarán enviar al niño todos los días al programa a menos que el niño esté enfermo. El programa también necesita que los padres ayuden con las citas médicas que su niño pueda necesitar. Padres también necesitan estar al tanto de las necesidades educativas y nutricionales del niño(a).

El personal estará disponible para ayudar a los padres a cumplir con estas obligaciones. En ocasiones una familia no esta totalmente preparada para participar en el programa y por lo tanto no pueden colaborar con el personal. Cuando esto sucede, el Programa Head Start puede expulsar al niño y ofrecer el lugar del niño a otra familia necesitada.

Los procedimientos de expulsión se considerarán cuando, a pesar de todo el esfuerzo del personal en ayudar una familia a seguir cada paso necesario para la participación de su hijo(a) en el programa de Head Start los padres ya no cumplen sus obligaciones.

1. Los trabajadores de la familia consultaran con la supervisora y la directora del centro para asegurar que todas las posibles formas de asistencia se han tratado.
2. La familia trabajara junta con el personal para desarrollar un plan de acción para remediar la situación. La familia seguirá este plan de acción. Un equipo, consistiendo de la directora del centro, los trabajadores de la familia, la supervisora y la familia, se reunirá y trabajadores de la familia notificara a la familia por escrito sobre esta junta e intentara llamarle por teléfono para darles la fecha y hora de la junta.
3. Si el padre es incapaz de seguir adelante con el plan de acción para remediar la situación, entonces la coordinadora de ERSEA, los trabajadores de la familia, la supervisora, la maestra del niño(a), y la Directora del Centro tendrán una junta. Estas personas discutirán sobre todos los esfuerzos que se hayan hecho para ayudar a la familia a participar en el programa y asegurarse que todo esta documentado. Estas personas entonces pueden recomendar que el niño(a) sea expulsado del Programa de Head Start.
4. Si la familia es incapaz de seguir adelante con este ultimo esfuerzo/plan para remediar la situación, entonces la Coordinadora de ERSEA discutirá y hará la recomendación formal para dar permiso para que el niño(a) sea descartado de los servicios. Cada caso será revisado individualmente dependiendo de la situación y esfuerzo de la familia a cumplir con estas obligaciones.
5. El Supervisor Apropiado o la Directora del Centro sera responsable de notificar a la familia por teléfono o en persona, así como también por escrito, de la decisión final de expulsar al niño, incluyendo la fecha del último día de participación del niño en el Programa de Head Start. La trabajadora de la familia o la directora del centro también notificará a el personal apropiado de la decisión final y mandará una copia de la carta para ser colocada en el archivo del niño.

FIRMA DE PADRE O TUTOR LEGAL –FECHA

FIRMA DE PADRE O TUTOR LEGAL –FECHA

(White – Child File / Yellow – Parent)

Revised and Approved by Policy Council on 6/21/08.

Community Action, Inc. of Central Texas. All Rights Reserved @ 2016-2017

(3/16)

DENIAL, SUSPENSION AND TERMINATION OF SERVICES POLICY

Community Action may deny, suspend and terminate services to individuals and/or families/households when the actions of the individual pose a risk to the health, safety and wellbeing of any program, staff and/or client. The examples provided for each category; denial, suspension and termination of services are not an all inclusive list. Adults who are responsible for Head Start and Early Head Start children who display any of the listed behaviors may be barred from entering the child development center and participating in program functions, such as field trips and center celebrations.

DENIAL OF SERVICES: An individual and/or a family/household may be denied agency services when:

1. The individual and/or family/household do not meet the eligibility requirements of the program services they are applying for.
2. It is discovered that the application for services contains false eligibility information.
3. Due to the limitations of funds.

SUSPENSION OF SERVICES: Certain behaviors may result in suspension of services for an individual and/or family/household for up to 60 calendar days. In the event that criminal charges are pursued, services will be terminated.

1. Sexual harassment of agency staff or volunteers. Sexual harassment includes any offensive gesture, comment, or innuendo based on gender or sexual orientation.
2. Under the influence of alcohol or illegal drugs in an agency building or during a transport.
3. The possession, solicitation or selling of illegal drugs in an agency building or during a transport.
4. Misuse of agency voucher or funds. The misuse of agency voucher or funds may result in the termination of any financial assistance.
5. Theft or misuse of agency property. As a result of theft, criminal charges may be pursued.
6. Breach of client confidentiality. Breach of client confidentiality includes informing any other person of another client's medical, financial, or social information.
7. Failure to cancel transportation to a medical or dental appointment within 24 hours for a scheduled appointment may result in the suspension of client transportation services.
8. Verbal abuse to agency staff or volunteers. Verbal abuse includes yelling at staff or calling staff names or using foul language by the client or their family members.

TERMINATION OF SERVICES: The following behavior may result in the termination of services to adults and/or family/household.

1. Firearms carried by a client in any agency building or during a transport.
2. Physical assault to agency staff or volunteers. Physical assault includes any bodily harm done by client or their family members to the staff or volunteer. As a result of physical assault agency staff may pursue criminal charges.
3. Lack of client response to agency requirements for participation in any program.
4. Repeated incidents of any of the behaviors that warrant the suspension of services.

Client's have the right to pursue the agency grievance procedures to dispute a determination to deny, suspend or terminate services.

Parent/Guardian Signature/Date

Staff Signature/Date

Parent/Guardian Signature/Date

(White – Child File / Yellow – Parent)

Póliza para negar, suspender o terminar servicios

La agencia de Community Action, Inc. puede negar, suspender o terminar servicios a individuos/ o familias/hogares cuando las acciones del individuo ponen en riesgo la salud, seguridad y bienestar de cualquier programa, trabajador o cliente. Los ejemplos para cada categoría: negar, suspender o terminación de servicios no son inclusivos de esta lista.

Adultos responsables por el niño de Head Start o Early Head Start quienes muestren los siguientes comportamientos se les puede negar la entrada al centro y la participación en actividades del centro como viajes de excursión y celebraciones del centro.

Servicios negados: a un individuo /familia/hogar se le pueden negar servicios de la agencia cuando:

1. El individuo no tiene los requisitos elegibles de el programa para cual están aplicando.
2. Se descubre que la aplicación para servicios contiene información sobre elegible falsa.
3. Por limitaciones de fondos.

Suspensión de servicios: ciertos compartimientos pueden resultar en suspensión de servicios para el individuo/familia/hogar hasta 60 días calendarios. En el evento que cargos criminales se presenten, servicios serán terminados.

1. Acoso sexual de trabajadores o voluntarios de la agencia. Acoso sexual incluye, gestos, comentarios, insinuaciones basadas en genero o orientación sexual.
2. Bajo la influencia del alcohol o droga ilegal en cualquier edificio de la agencia o mientras es transportado.
3. Poseer, solicitar o vender drogas ilegales en cualquier edificio de la agencia o mientras es transportado.
4. Mal uso/abuso de vales o fondos de la agencia. Esto puede ocasionar término de asistencia financiera.
5. Robo, mal uso/abuso de propiedad de la agencia. El resultado de robo puede hacer se le hagan cargos criminales.
6. El incumplimiento confidencial. Esto incluye dar a otra persona información medica, financiera o social de otro cliente.
7. No cancelar el transporte a una cita médica/ dental por lo menos con 24 horas de anticipo puede resultar en suspensión de transporte para el cliente.
8. Abuso verbal a trabajadores o voluntarios de la agencia. Este incluye gritar, llamar nombres o uso de maldiciones por el cliente o miembros de su familia.

Terminación de servicios: los siguientes comportamientos pueden resultar en terminaciones de servicios a adultos/familia/hogar.

1. Cargo de armas por el cliente en cualquier edificio de la agencia o mientras es transportado.
2. Asalto fisico a trabajadores o voluntarios de la agencia. Esto incluye daño fisico por el cliente o miembros de su familia a trabajadores o voluntarios. El resultado de este asalto puede causar que se le hagan cargos criminales.
3. Falta de respuesta a requisitos de la agencia para participación en cualquier programa.
4. Repetir incidentes de cualquier comportamiento que puede causar la suspensión de servicios.

Clientes tienen el derecho de seguir los procedimientos de agravio de la agencia para discutir la terminación de negar suspender o terminar servicios.

Firma del Padre/Fecha

Firma del Empleado/Fecha

Firma del Padre/Fecha

FAMILY INVOLVEMENT & DEVELOPMENT

PARTICIPACION Y DESARROLLO DE FAMILIAS





FAMILY INVOLVEMENT & TRAINING

Edith Rivera, Family/Staff Involvement & Development Coordinator

Family Involvement is very important to the success of the Head Start Program. At the CAI-Head Start Program, we respect parents and recognize that you are the first and most important teacher(s) in your child's life and responsible for your child's wellbeing. Because parents have such an important role in the life of a child, you have a lot to offer the Head Start program.

Parents are highly encouraged to take an active role in their child's education by:

- 📖 Volunteering in the classroom
- 📖 Serving as parent officer for your center's Parent Committees
- 📖 Attending Parent Center Committee Meetings
- 📖 Attending and/or serve on Advisory Committees
- 📖 Attending and/or serve on Policy Council
- 📖 Participating in family activities and events
- 📖 Participating in daily activities in the classroom (such as eating with your child, joining us on fieldtrips)
- 📖 Attending Parent Education Opportunities, workshops, conferences, and other training opportunities
- 📖 Participating in 24/7 Dad and Understanding Dad group sessions
- 📖 Reading to your child every day
- 📖 Providing valuable feedback to the program

Classroom and Community Volunteers

A program goal is to provide our children and families with positive opportunities and experiences. Your talents, skills, time and knowledge are needed and appreciated. Our program offers a variety of opportunities for parents, extended family, and community members to participate as volunteers in the program.

Volunteering can promote the parent-child relationship and help you reinforce your child's learning at home. You and adult family members are always welcome in the classroom. Many classroom and program activities provide opportunities for you to become involved in your child's education.

Volunteers and staff will respect and promote the unique identity of your child and family and refrain from stereotyping on the basis of gender, race, ethnicity, culture, religion, or disability.

Volunteers and staff will follow program confidentiality policies concerning information about children, families, and other staff members. No child will be left alone or unsupervised while in Head Start. No child will be left alone with a volunteer unless the volunteer is a family member.

Volunteers will receive orientation and training to be prepared to assist with the class activities. These orientation and training sessions will be offered throughout the year. Volunteers will be given a Head Start Volunteer Handbook and will be required to sign the Volunteer Rights and Responsibilities Form.

Volunteers are asked to sign in and out and list your hours when volunteering. This helps the program track our in-kind donations which are required for the federal funding Head Start receives.

PARTICIPACIÓN Y ENTRENAMIENTO DE LA FAMILIA

Edith Rivera-Coordinadora de Participación y Desarrollo de Familias/ Personal



La participación de los padres es muy importante para el éxito del programa de Head Start. En el programa de Head Start de Community Action, respetamos a los padres y los reconocemos como los primeros y más importantes maestros en la vida de sus hijos y son responsables del bienestar de sus hijos. Ya que los padres tienen un papel tan importante en la vida de su hijo(a), usted tiene mucho que ofrecerle al programa de Head Start.

Los padres son altamente animados a que tomen un papel activo en la educación de su hijo(a), al:

- ☞ Servir como voluntario en el aula
- ☞ Servir como funcionario del Comité de Padres de su centro
- ☞ Asistir a las juntas del Comité de Padres
- ☞ Asistir y/o servir en el Comité de Asesoramiento
- ☞ Asistir y/o servir en el Consejo de la Política
- ☞ Participar en actividades diarias en el aula (así como comer con su hijo(a), acompañándonos en días de paseo)
- ☞ Asistir a Oportunidades de Entrenamiento de Padres talleres, conferencias, y otras oportunidades de entrenamiento
- ☞ Participar en oportunidades de Involucramiento de Papás
- ☞ Leerle a su niño todos los días
- ☞ Proporcionar información valiosa para el programa

Voluntarios de Clase y Comunidad

La meta del programa es proveer a nuestros niños y familias con oportunidades positivas y experiencias. Sus talentos, habilidades, tiempo y sabiduría son necesitadas y apreciadas. Nuestro programa ofrece una variedad de oportunidades para que los padres, el resto de la familia, y miembros de la comunidad participe como voluntarios en el programa.

Ser voluntario puede promover una relación de padre e hijo y le puede ayudar reforzar el aprendizaje de su niño en la casa. Usted y sus miembros de familia son bienvenidos en el salón de clase. Muchas actividades del salón de clase y del programa proveen oportunidades para que usted pueda involucrarse en la educación de sus niños.

Los voluntarios y el personal son respetados y promueven la identidad única del niño y de la familia y se abstienen de estereotipos por razones de género, raza, etnicidad, religión, o discapacidad.

Los voluntarios y el personal siguen las políticas de confidencialidad en cuando se trata de información sobre los niños, las familias, y otros miembros del personal. Ningún niño será dejado solo o sin supervisión mientras este con Head Start. Ningún niño será dejado solo con un voluntario solo que el voluntario sea un familiar del niño.

Los voluntarios reciben una orientación y entrenamiento para prepararlos para ayudar en las actividades del salón. Estas sesiones de orientación y entrenamiento serán ofrecidas durante el niño escolar. Se le dará a los voluntarios un Manual de Voluntario de Head Start y serán requeridos firman el formulario de Derechos y Responsabilidades del Voluntario.

Se les pedirá a los voluntarios firman cuando entran y salen del centro, y de apuntar las horas de voluntario. Esto ayudara al programa rastrear nuestras donaciones de In-Kind que es requerido para los fondos federales que Head Start recibe.

Policy Council

The Policy Council functions as a shared governance board regarding operations, budgets, and procedures of the program. Policy Council members also serve as a link to Parent Committees in communicating with parents enrolled in the Head Start program.

Policy Council members operate as the voice for the parents who have children currently enrolled in the program. The Policy Council is made up of no less than 51% current Head Start parents and the remaining members are representatives of the community. A parent and an alternate member are elected from each center and meet once a month. Policy Council members receive training on their roles and responsibilities.

Please talk to your child's Teacher, Family Advocate or Center Director to learn more about serving on Policy Council.

Parent Center Committee

Parent Center Committees are organized at the center level. Every parent who has a currently enrolled child is a member of the Parent Center Committee. Activities for the Parent Committee include:

-  Working with the Policy Council to support overall program operations
-  Identifying parent interests and to assist with planning activities for parents
-  Offering the opportunity to participate in monthly planning
-  Identifying volunteer and community resources that are available to help families
-  Collaborating with local foundations and other organizations to advocate on behalf of families

Advisory Committees

Parent Advisory Committees are designed to ensure that our program meets Head Start Performance Standards.

The Advisory Committees include parents and community members interested in different components of the Head Start Program. CAI Head Start Program is committed to providing a program that meets the needs of families we serve. To ensure that Head Start is meeting its goals for working with your children, we encourage you to join an Advisory Committee:

-  Education Advisory Committee
-  Health Advisory Committee
-  Father Involvement Committee
-  Selection Committee

Talk to your Family Advocate or Center Director to become an active participant.

Parent & Family Activities

CAI Head Start offers a variety of activities that are planned to provide parents and families the opportunity to get involved and learn how to interact with their child. These activities can be center based or classroom-based, depending on the activity being conducted. Some activities include: Back to School event, fall festivals, Dr. Seuss celebrations, Cinco de Mayo celebrations, Father/Mother activities, Parent Socializations, and Moving On celebrations, among others.

Consejo de la Política

El consejo de la Política funciona como un grupo compartido de gobierno sobre las operaciones, presupuestos, y los procedimientos del programa. Los miembros del Consejo de la Política también sirven como un vínculo con el Comité de Padres en comunicar con los padres inscritos en el programa de Head Start.

Los miembros del Consejo de Política operan como la voz de los padres que tienen a niños inscritos en el programa. El Consejo de Política está compuesto por no menos de 51% de padres actuales y el resto de los miembros son representantes de la comunidad. Un representante y un alterno son seleccionados de cada centro y se reúnen una vez al mes. Los miembros del Consejo de la Política reciben entrenamiento sobre su posición y sus responsabilidades.

Favor de hablar con su maestro, trabajador social, o directora del centro para saber más sobre la membresía al Consejo de la Política.

Comité de Padres del Centro

Comités de Padres del Centro están organizados al nivel del centro. Cada padre que tiene un niño inscrito en el centro es miembro del Comité de Padres del Centro. Actividades del Comité de Padres incluyen:

-  Trabajar con el Consejo de la Política para apoyar las operaciones del programa
-  Identificar el interés de los padres y ayudar con la planificación de actividades para los padres
-  Ofrecer oportunidades para participar en planificación mensual
-  Identificar recursos de voluntario y comunidad que son beneficiosos para las familias
-  Colaborar con fundaciones locales y otras organizaciones para abogar en nombre de las familias

Comités de Asesoramiento

Comités de Asesoramiento de Padres son diseñados para asegurar que nuestro programa cumpla con los requisitos de las Normas de Funcionamiento de Head Start..

El Comité de Asesoramiento incluye a padres y miembros de la comunidad interesados en diferentes componentes del programa de Head Start. El programa de Head Start de CAI es comprometido en proveer un programa que satisfaga las necesidades de las familias que servimos. Para asegurar que Head Start está llegando a los objetivos para trabajar con sus niños, nosotros le animamos que se apunte para el comité de asesoramiento de:

-  Comité de Asesoramiento de Educación
-  Comité de Asesoramiento de Salud
-  Comité de Involucración de Padres
-  Comité de Selección

Hable con su trabajador social o directora de centro para ser un participante activo.

Actividades de Padres y Familias

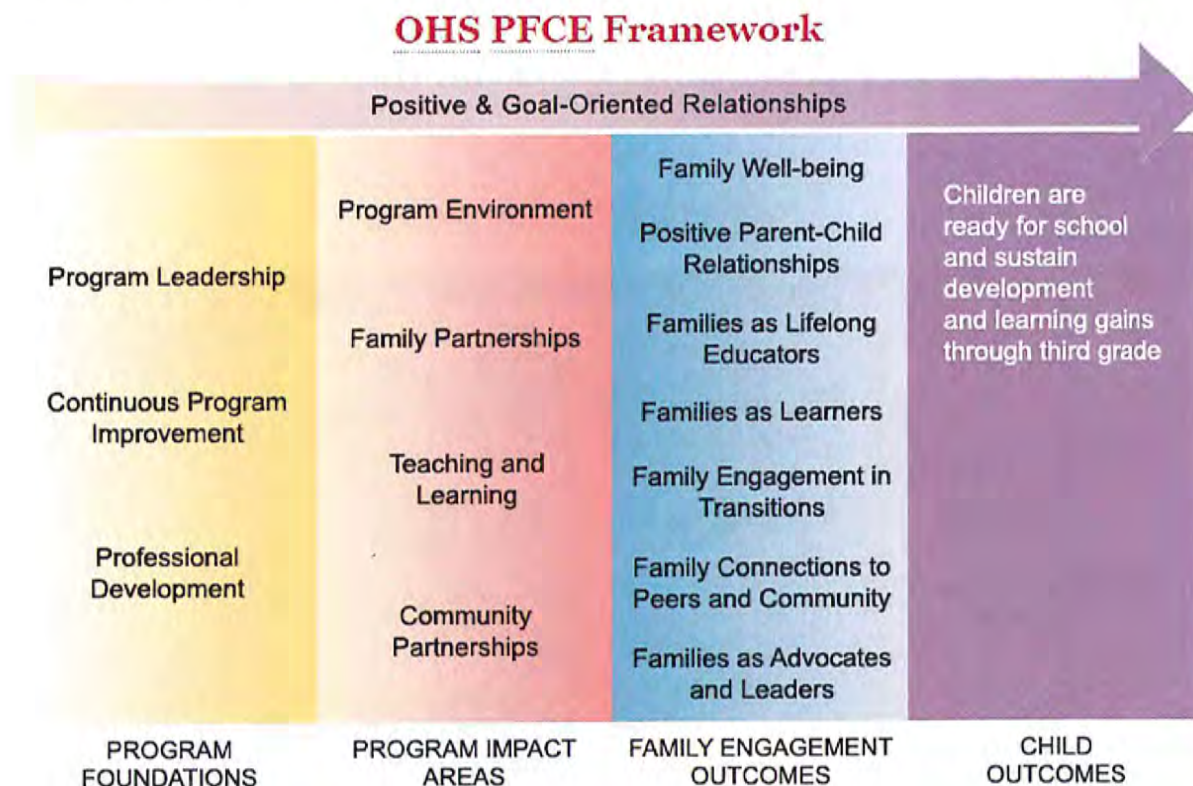
El programa de Head Start de CAI ofrece una variedad de actividades que están planeadas para darle a los padres y familias la oportunidad de participar y aprender como interactuar con su hijo(a). Estas actividades pueden ser en el centro o en el aula, dependiendo de la actividad. Algunas actividades incluyen: evento de Regreso a la Escuela, festivales de otoño, celebraciones de Dr. Seuss, celebraciones de Cinco de Mayo, actividades para madres y padres, socializaciones de padres, y celebraciones de Fin de Año , entre otros.

Father Engagement

CAI Head Start Program offers opportunities for father figures to engage in activities with their child: Participate in classroom activities and projects, volunteer for parent-officer positions, meet as a group with a male mentor/or peer for discussion on topics of their choice. Dad group sessions are offered in the evenings using the 24/7 Dad curriculum. Sessions are twelve weeks long and focus on encouraging and motivating dad to be the best father they can be. Mom group sessions are also provided to help mom build the skills and knowledge to effectively work with dad. The Understanding Dad curriculum is used and sessions are conducted for eight weeks.

Parent Involvement Committee

The Parent Involvement Committee is composed of parents, staff, and community members. The meetings are held to review parent participation in the program to ensure there are plenty of ways for the parents to be involved in the Head Start Program. Parents are invited to attend the quarterly meetings to share ideas for parent involvement and help staff understand how to help parents overcome barriers for parental involvement.



Participación de Papá

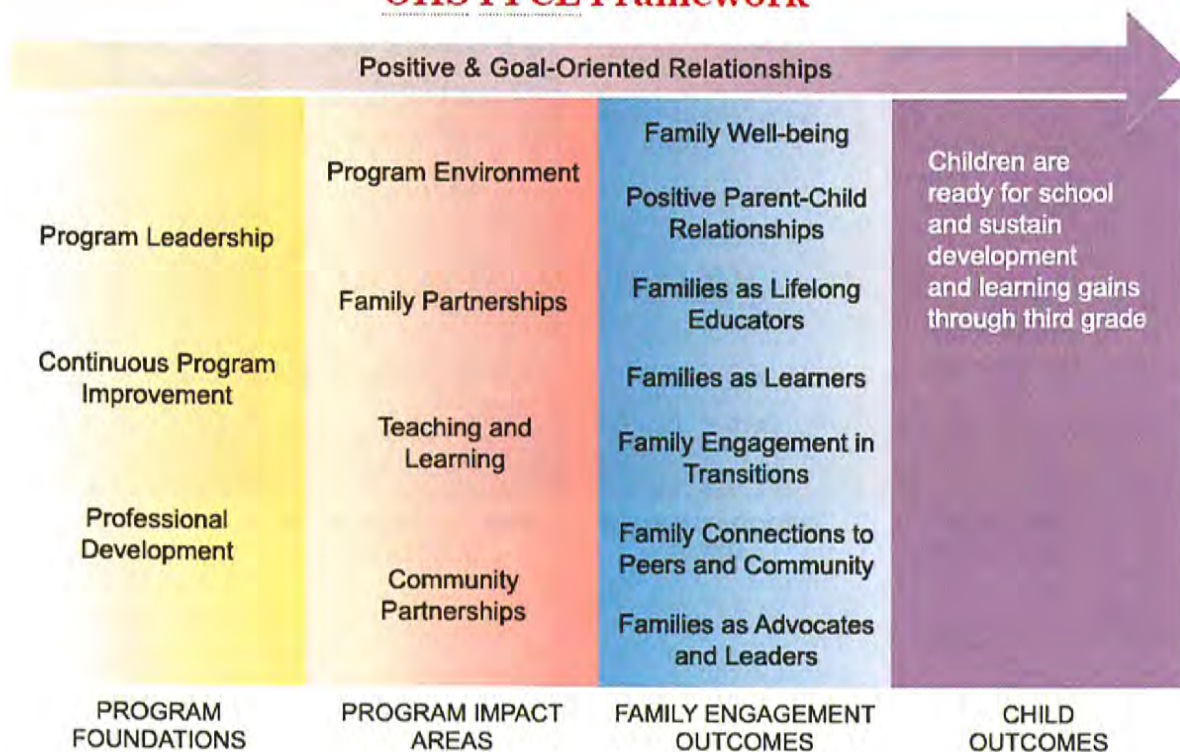
El programa de Head Start de CAI ofrece oportunidades para que las figuras paternas se involucren en actividades con sus niños: Participar en actividades y proyectos dentro del aula, ser voluntario para ocupar una posición de oficial de padres, reunirse en grupo con un mentor masculino o con otros papás para hablar sobre diferentes temas. Se ofrecen sesiones en las tardes para grupos de papás usando el currículo de Papá 24/7 (24/7 Dad). Las sesiones duran doce semanas y se enfocan en motivar y animar a papá para ser el mejor padre que ellos pueden ser. Sesiones de grupos de mamá también son disponibles para ayudar a mamá a desarrollar las habilidades y conocimiento para trabajar más efectivamente con papá. El currículo de Entendiendo a Papá (Understanding Dad) es usado y las sesiones duran ocho semanas.

Comité de Participación de Padres

El Comité de Participación de Padres está compuesto por padres, miembros del personal y administración. Las juntas son hechas para revisar la participación de los padres en el programa para asegurar que hay muchas maneras para que los padres participen en el programa de Head Start. Los padres son invitados para asistir las juntas trimestrales para compartir ideas para la participación de padres y ayudar al personal aprender cómo ayudar a los padres superar barreras para la participación de los padres.



OHS PFCE Framework



Head Start loves Volunteers!



Parent volunteers are a great asset to the classroom and center dynamic. The children and the staff invite you to come volunteer your time and talents. We will value you as a volunteer and appreciate your dedication to the children as a supportive helper, role model, and guide. If you are too busy to come into the center/classroom, we will love to provide you with take-home projects that can be done at home and returned to the center.

Here are just a few of the many opportunities provided for parents to volunteer in the Head Start/Early Head Start Program.

READ

or tell stories to children,
participate in circle time

share

family recipes, stories,
and cultural traditions

Help

Teachers with walks
or fieldtrips

decorate

parent bulletin boards
and classroom doors

ASSIST

teachers in preparing
materials for the
classroom



participate

in self-assessment or
program review events

perform

Maintenance

to playground and center;
fix broken toys, or do
yard work

Translate

Newsletters, flyers, or
other written materials
into other languages

Join

Us by helping prepare and
attending special events
such as festivals,
celebrations, and health
fairs

iHead Start adora los voluntarios!

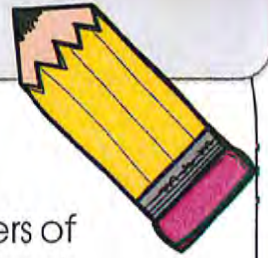


Los padres voluntarios son una gran adición a la dinámica del aula y del centro. Los niños y el personal le invitan a ser voluntario y contribuir su tiempo y talentos. Nosotros lo valoraremos como voluntario y agradeceremos la dedicación hacia los niños como una persona de apoyo, modelo a seguir, y guía. Si está muy ocupado para venir al centro o al aula, nosotros estaremos encantados de proveerle proyectos que se puedan hacer en la casa y regresar al centro.

Aquí están algunas de las numerosas oportunidades que se le dan a los padres para ser voluntarios en el programa de Head Start/Early Head Start.

LEA o cuente una historia a los niños, participe en el tiempo de lectura	comparta recetas de familia, cuentos, y tradiciones	AYUDE A las maestras preparar los materiales para la clase	Ayude a Decorar el tablón de anuncios de padres y las puertas de las aulas
Ayude a las maestras con caminatas o excursiones			Traduzca a otro idioma los boletines, folletos, u otros materiales escritos
participe En el proceso de auto-evaluación o eventos de revisión del programa	Realizar Mantenimiento al patio de recreo o al centro, arregle juguetes rotos, o trabajar en el jardín	Únase a nosotros para preparar y asistir a los eventos especiales así como los festivales, celebraciones, y ferias de salud	

5 THINGS TO KNOW ABOUT YOUR Parent Center Committee



1

MEMBERSHIP

ALL parents of an enrolled child are automatically members of the Parent Center Committee for the center their child attends.

2

MEETINGS

Meetings are held regularly and the entire family is invited. Food and child care is provided. Meetings cover center events and program news. We talk about parent education topics, things you want to see in the classroom and announcement for volunteer opportunities. Our meetings are also a great way to get to know other parents!

3

OFFICERS

Each Parent Center Committee counts with parent officers - President, Vice-President, and Secretary. Each Fall, parents vote in their parent officers for the school year. Each officer participates in the Parent Leadership Workshop. We also vote in an Education Advisory and a Health Advisory Representative.

4

ADVOCACY

The parent officers work with the center's Policy Council representatives to make sure that all parents understand their rights, responsibilities and opportunities in the program. Parents also help encourage other parents to participate.

5

DECISION-MAKING

The committee helps the program develop and carry out policies, activities, and service. Parents also help plan and conduct events and activities for parents and staff.



5 COSAS PARA SABER SOBRE EL Comité de Padres



1

MEMBRECÍA

TODOS los padres de un niño(a) inscrito en el programa son automáticamente miembros del Comité de Padres del centro al que el niño(a) asiste.

2

JUNTAS

Juntas son hechas regularmente y toda la familia esta invitada. Comida y el cuidado de niños son disponibles. Las juntas se tratan sobre los eventos del centro y noticias del programa. Hablamos sobre temas de educación para los padres, cosas que quiere usted ver en los salones y anuncios sobre oportunidades para voluntarios. ¡Nuestras juntas también son una buena manera de conocer a otros padres!

3

FUNCIONARIOS

Cada Comité de Padres cuenta con funcionarios – Presidente, Vice-presidente, y secretario(a). Cada otoño los padres votan por sus funcionarios para el niño escolar. Cada funcionario participa en el Taller de Liderazgo de Padres. También votamos por un representante de Educación y de Salud.

4

ABOGACION

Los funcionarios del comité trabajan con los representantes del Concilio de la Política para asegurar que todos los padres entiendan sus derechos, responsabilidades, y oportunidades en el programa. Los padres también nos ayudan a animar a otros padres a que participen en el programa.

5

TOMA DE DECISIONES

El comité ayuda al programa desarrollar y llevar a cabo políticas, actividades, y servicios. Los padres también ayudan a planear y llevar a cabo eventos y actividades para los padres y personal.



EDUCATION

EDUCACIÓN



EDUCATION

Sadie Ellner - Education Services Coordinator



Education in Head Start Program is about preparing each child to be successful and school ready. Our program provides for children ages zero-to-five learning an environment and experiences that promote School Readiness. Educational opportunities are provided based on the individual needs of each child to ensure

each child grows physically, socially, emotionally and intellectually.

Every year our Program establishes School Readiness Goal for all children and their families, closely monitors progress and offers support through daily routines and experiences. *(School Readiness Goals are posted in each Classroom)*

Daily Routine and Experiences

The daily routine helps young children feel secure and independent. A typical day for a young child consists of routines and experiences that support the essential Learning Domains: Language and Literacy, Cognition and General Knowledge, Physical Wellbeing & Motor Development, Social & Emotional. The following examples of daily routines support the essential components of the Learning Domains: (Classroom Schedule is posted in every classroom. You can request a copy from your Teacher).

- ☞ Arrival Time- Daily Health Check-Meet and Greet
- ☞ Mealtime: Breakfast, Lunch and mid-day snack. Time for social interactions and rich conversations, learning self-help skills
- ☞ Large Group time: music and movement, book reading, outdoor fun
- ☞ Small Group time: working with friends in small groups on developing important skills
- ☞ Outdoor time: exploration and active movement
- ☞ Rest time to relax, take a nap to restore energy
- ☞ Departure time: going home with new experiences

Classroom Environment

The environment of the classroom is an organized play space. It is divided in to learning centers; reading, writing, music and movement, block play, counting and math, sand and water play, drawing, painting, dramatic play, and outdoor discovery learning centers are available in most classrooms. All areas have a wide variety of the materials that children can use to help them develop their skills. The classroom environment is assessed weekly to ensure that it is safe, nurturing, engaging, and provides appropriate learning opportunities.

Classroom Assessment

Classrooms are using several instruments for classroom assessment: ITERS- for Early Head Start Classroom, and CLASS for Head Start Classrooms. Center Directors are using monthly classroom Environment and Literacy checklists to assess and provide feedback to teaching staff.

The Education Team also utilizes Quick Check observations on a monthly basis. Both Center Directors and the Education Team share observation results and set goals for Teacher and classroom improvement.

Educación

Sadie Ellner – Coordinadora de Servicios de Educación



La educación en el programa de Head Start se centra en la preparación de cada niño para que sea exitoso y esté preparado para la escuela. Nuestro programa provee a niños de cero a cinco el ambiente y las experiencias que promueven la Preparación Escolar. Oportunidades educativas son proveídas basadas en las necesidades individuales de cada niño para asegurar que cada niño crece físicamente, emocionalmente, socialmente, e intelectualmente.

Cada niño nuestro programa establece metas de Preparación Escolar para todos los niños y sus familias, y monitorea el progreso y ofrece el apoyo por medio de rutinas y experiencias diarias. (*Las Metas de Preparación Escolar están anunciadas en cada salón de clase*).

Rutinas y Experiencias Diarias

La rutina diaria ayuda a los niños sentirse seguros e independientes. Un día típico para un niño pequeño consiste de rutinas y experiencias que apoyan los Dominios de Aprendizaje que son bien importantes para el desarrollo del niño: El Lenguaje y La Alfabetización, La Cognición y la Sabiduría General, Bienestar Físico y el Desarrollo Motor, Social y Emocional. Los siguientes ejemplos de rutinas diarias ayudan a apoyar los componentes esenciales de los Dominios de Aprendizaje (el Horario del Aula está anunciado en cada salón. Usted le puede pedir una copia a su maestra).

-  Horario de Entrada – Chequeos Mañaneros – Saludos
-  Hora del de Comer: Desayuno, Almuerzo, y merienda. Tiempo de interacciones sociales y conversaciones enriquecidas, habilidades de como servirse solos.
-  Tiempo de Grupo Grande: música y movimiento, leer libros, diversión afuera
-  Tiempo de Grupo Pequeño: trabajando con amigos en grupos pequeños en desarrollar habilidades importantes.
-  Tiempo Afuera: exploración y movimiento activo
-  Tiempo de Descanso, tomar una siesta y restaurar energía
-  Tiempo de Partida: Irse a casa con nuevas experiencias

Ambiente del Aula

El ambiente de la clase está organizado en espacios para jugar. Está dividido en centros de aprendizaje; lectura, escribir, música y movimiento, juego de bloques, contar y la matemática, juego de agua y arena, dibujar y pintar, juego dramático, y centro de descubrimiento. Todas las áreas tienen una variedad de materiales que los niños pueden usar para ayudarles a desarrollar todas estas habilidades. El ambiente del aula es revisado mensualmente para asegurar que sea seguro, educativo y provee oportunidades apropiadas de aprendizaje.

Evaluaciones de Clases

Nuestro personal usa varios instrumentos para la evaluación del aula: ITERS para los salones de Early Head Start y CLASS para los salones de Head Start. Además, cada directora de centro usa una lista mensual de revisión ambiente y alfabetización para evaluar y proveer comentarios al personal de maestros.

El equipo de educación también utiliza observaciones de Chequeos Rápidos mensualmente. Las directoras y el equipo de educación ambos comparten los resultados de las observaciones y desarrollan metas para las maestras y mejoramientos para el aula.

Developmental Screenings

Within first 45 days of enrollment, all children will be screened for vision, hearing, speech, nutrition, heights and weight, and physical and emotional development. The results will be shared with Parents and, if needed, a follow up evaluation and a referral for services will be initiated.

Curriculum and Ongoing Assessment

Preschool First 2.0 Webbased Curriculums and Assessment

PreschoolFirst is a research-based formative curriculum and assessment. Preschool First's is used to measure and document progress of each child, and matches your child's developmental level to goals for infants, toddlers, and preschoolers. Staff can easily monitor child's progress utilizing reports. PreschoolFirst matches activities with your child's level of development. PreschoolFirst has a parent component. Every parent will receive a unique password, and will be able to review child's progress, and document observations. (Every parent will receive a log-in information and training at the first Parent Center meeting).

Ongoing Assessment of child development is built into the daily routine. This process helps teachers to plan activities for your children that address individual needs of each child. The results of the ongoing assessment are shared during parent-teacher conferences 4 times a year.

Beautiful Beginnings (Early Head Start)

This curriculum helps to develop the child's natural abilities and interests. It also serves as a safety net for children who may need a little extra time in learning new skills.

Scholastic Big Day Curriculum (Head Start)

This is a comprehensive curriculum that embraces children's natural curiosity and builds the foundations for success in school and life. It is organized around "Big Experiences" that engage children and integrate all learning domains, including social-emotional, academic and physical development. Scholastic curriculum provides opportunities for meaningful conversations, literacy, innovative technology, and equity in English and Spanish.

OWL Curriculum (Head Start at Bonham)

Opening the World of Learning is a comprehensive curriculum that covers all domains of early learning. The content of each unit is build around a carefully crafted daily routine within an activity-center day. Themes, skills, and concepts are developed through quality children's fiction and nonfiction trade books. The consistent format features in every unit make it easy for teachers to use and children to learn. Curriculum provides opportunities for meaningful conversations, literacy, innovative technology, and equity in English and Spanish.

Evaluaciones de Desarrollo

Dentro de los primeros 45 días, su niño será examinado para determinar el desarrollo de su visión, audición, nutrición, altura y peso, y desarrollo físico y emocional. Los resultados serán compartidos con usted y, si es necesario, una evaluación y una referencia para servicios será iniciada.

Currículo y Evaluación

Preschool First 2.0 Webbased Currículo y Evaluación

PreschoolFirst es un plan de estudio y evaluación basado en investigación. Preschool First es usado para medir y documentar el progreso de cada niño, y compara el nivel de desarrollo del niño con metas para bebés, niños pequeños, y niños preescolares. El personal puede fácilmente monitorear el progreso del niño utilizando reportes. Preschool First coincide actividades con el nivel de desarrollo del niño.

PreSchool First tiene una porción para los padres. Cada padre recibirá una contraseña especial, y el padre podrá revisar el progreso del niño, y documentar observaciones. (Cada padre recibirá información de cómo ingresarse a la página de internet y entrenamiento durante la primera junta de padres.)

La evaluación continua del desarrollo del niño está incorporada en la rutina diaria. Este proceso ayuda a los profesores a planificar actividades para sus hijos que abordan las necesidades individuales de cada niño. Los resultados de la evaluación serán compartidos con usted durante las conferencias de maestro y padre que ocurren 4 veces al niño.

Beautiful Beginnings (Comienzos Hermosos) (Early Head Start)

Este currículo ayuda a desarrollar las habilidades naturales y los intereses del niño. También sirve como una red de seguridad para los niños que talvez necesiten un poco más de tiempo en aprender habilidades nuevas.

Currículo Scholastic Big Day (Head Start)

Este currículo integral que abarca la curiosidad natural del niño y construye las bases para el éxito en la escuela y la vida. Se organiza en torno a "Grandes Experiencias" que involucran a los niños y se integran todos los dominios de aprendizaje, incluyendo el desarrollo socio-emocional, académico, y físico. El currículo de Scholastic ofrece oportunidades para conversaciones significativas, la alfabetización, la tecnología, y la igualdad en inglés y español.

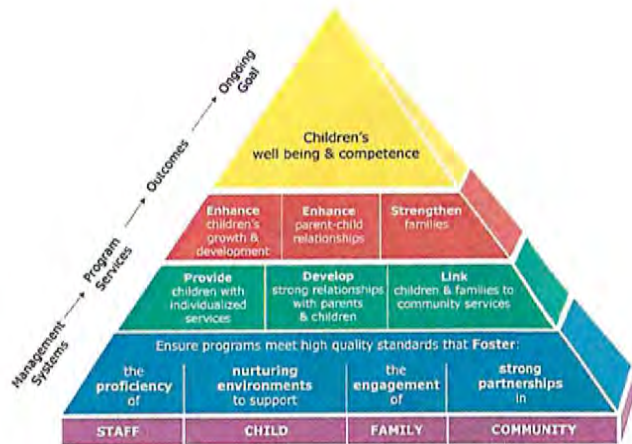
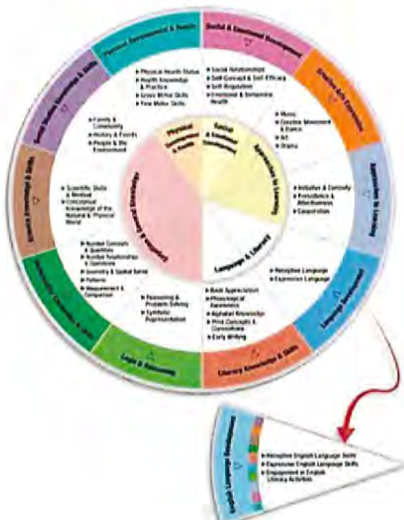
Currículo de OWL (Head Start en Bonham)

Opening the World of Learning (Abriendo el Mundo de Aprendizaje) es un currículo integral que cubre todos los dominios de aprendizaje temprano. El contenido de cada unidad está construido alrededor de rutinas cuidadosamente elaboradas dentro del día de actividad. Temas, habilidades, y conceptos son desarrollados a través de libros de calidad de ficción y no ficción. El formato consistente en cada unidad hacen que sea fácil para las maestras lo usen y los niños aprender. El currículo ofrece oportunidades para conversaciones significativas, la alfabetización, la tecnología, y la igualdad en inglés y español.

Positive Guidance & Discipline Practices

-  All children are treated with respect with an understanding of each child's development and individual needs.
-  Children are never punished by shaking, hitting (spanking), yelled at, humiliated, or rejected.
-  Instead of physical punishment, children are given clear directions and guidance.
-  Teachers provide consistency and encouragement for all children.
-  When behavior is unacceptable, children are helped to understand why the behavior is not allowed and given choices about what is acceptable. The child's age and level of understanding is always considered when guiding behavior.

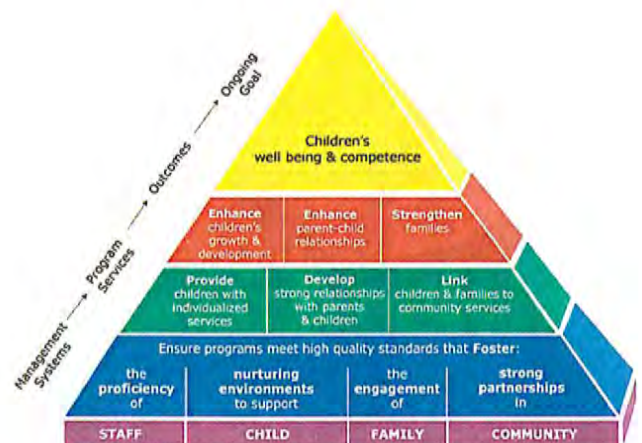
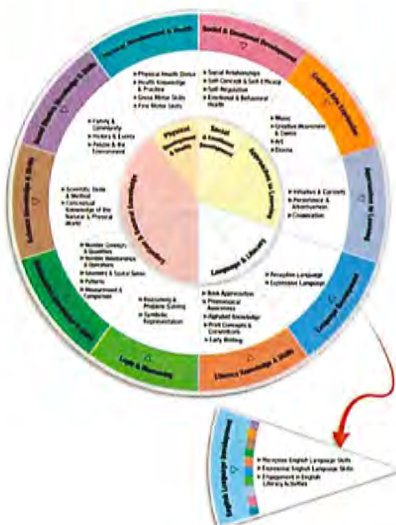
The full Education Service Plan may be reviewed on the Community Action Inc. website (www.communityaction.com) or by request to the Center Director.



La Orientación Positiva y Prácticas de Disciplina

- 📖 Todos los niños son tratados con respecto con el entendimiento del desarrollo de cada niño y las necesidades individuales.
- 📖 Los niños nunca son castigados por medio de sacudo, golpes, gritos, humillaciones, o desprecios.
- 📖 En vez del castigo corporal, los niños son dados instrucciones y orientaciones claras.
- 📖 Las maestras proveer consistencia y aliento para todos los niños.
- 📖 Cuando los comportamientos son inaceptables, a los niños se les ayuda entender porque su comportamiento no es permitido y se les da opciones de lo que es aceptable. La edad del niño y el nivel de comprensión son consideradas cuando se orienta el comportamiento

The full Education Service Plan may be reviewed on the Community Action Inc. website (www.communityaction.com) or by request to the Center Director.





Your Family is Your Child's *First* Teacher!

A family is the first and most important teachers a child will have. A child's home will be a powerful center of learning. From the very first day your baby comes home from the hospital you are teaching him or her about life. This doesn't mean you should spend hours teaching phonics to toddlers or need to become an expert math teacher!



Talking and reading to your child develops brain connections and their vocabulary.

Young children learn by watching and imitating us. You don't need to sit your child down and "show" or "instruct" how to do something. You can do simple things everyday to help your child grow and develop.

Family Engagement activities in PreschoolFirst help you see more ways to include learning into your everyday routine. The way you touch, talk and look at your child will affect how he or she develops. The PreschoolFirst system offers play-based learning experiences for just your child.



Everyday things your family does in your home can help your child be ready for school success.

Family Engagement activities are simple ways your family can bring playful learning into your home using toys or household objects you already have. Family Engagement activities help families see *reasonable expectations* for a child based upon the child's age and past development. These expectations can be thought of as "behaviors." PreschoolFirst activities offer ways to observe behaviors during the everyday events that happen at home.



Young children learn best by "doing things" and by practicing in hands-on ways



Head Start Approach to School Readiness

Overview

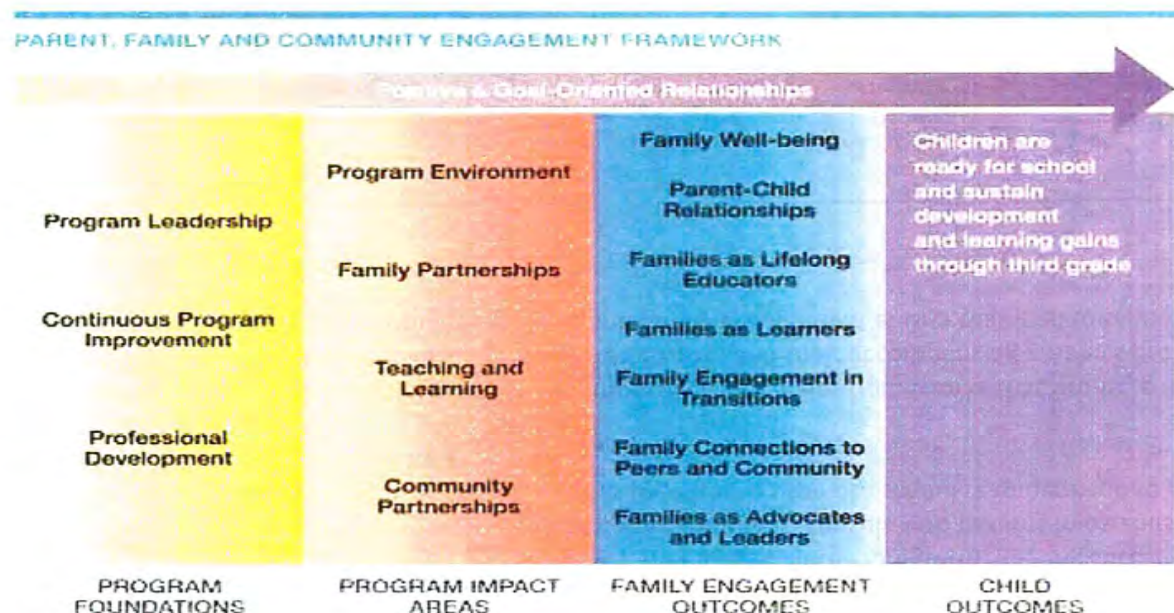
The Head Start Approach to School Readiness means that children are ready for school, families are ready to support their children's learning, and schools are ready for children. Historically, Head Start often has led the early childhood field with a strong, clear, and comprehensive focus on all aspects of healthy development, including physical, cognitive, social and emotional development, all of which are essential to children getting ready for school. All agencies are required to establish school readiness goals which are defined as "the expectations of children's status and progress across domains of language and literacy development, cognition and general knowledge, approaches to learning, physical health and well-being and motor development, and social and emotional development that will improve readiness for kindergarten goals" and that "appropriately reflect the ages of children, birth to five, participating in the program" (45 CFR Chapter XIII Head Start Regulation Part 1307.2 and 1307.3 (b)(1)(i), as amended). Head Start views school readiness as children possessing the skills, knowledge, and attitudes necessary for success in school and for later learning and life.

For parents and families, school readiness means they are engaged in the long-term, lifelong success of their child. Head Start recognizes that parents are their children's primary teachers and advocates. Programs are required to consult with parents in establishing school readiness goals (45 CFR 1307.3 (b) (1) (iii), as amended). As Head Start programs and schools work together to promote school readiness and to engage families as their children make the transition to kindergarten, schools will be ready for children.

The Head Start Approach to School Readiness encompasses three major frameworks that promote an understanding of school readiness for parents and families, infants/toddlers, and preschoolers. The three frameworks and their accompanying graphics provide the foundation for implementing systemic and integrated comprehensive child development services and family engagement efforts that lead to school readiness for young children and families.



Parent, Family and Community Engagement Framework



- Parent and family engagement in Head Start and Early Head Start is about building relationships with families that support family well-being; supporting strong relationships between parents and their children; and nurturing ongoing learning and development for both parents and children. *The Parent, Family, and Community Engagement (PFCE) Framework* is a roadmap for progress in achieving the types of outcomes that lead to positive and enduring change for children and families.
- The PFCE Framework was developed in partnership with programs, families, experts, and the National Center on Parent, Family, and Community Engagement. It is a research-based approach to program change that shows how an agency can work together as a whole—across systems and service areas— to promote parent and family engagement and children’s learning and development.
- The PFCE Framework graphic demonstrates that when parent and family engagement activities are systemic and integrated across program foundations and program impact areas, family engagement outcomes are achieved. This results in children who are healthy and ready for school. Parent and family engagement activities succeed when they are grounded in positive, ongoing, and goal-oriented relationships with families.

Head Start and Early Head Start Parent and Family Engagement

As research suggests, parents and family members are more likely to become engaged in their young child's development and learning when they have positive and trusting relationships with those who support them.¹ In Head Start and Early Head Start, these relationships focus on goals that families develop with the support of program leadership, staff, and engaged community partners. These goal-directed relationships are part of the two-generational approach of working with children and adult family members and distinguish Head Start and Early Head Start from other early childhood initiatives. They are most likely to take root within programs that take intentional steps to promote parent and family engagement.

Families play a critical role in helping their children to prepare for school and a lifetime of academic success. Agencies are required to consult with parents in establishing school readiness goals (45 CFR 1307.3 (b) (1) (iii), as amended). It matters when programs engage parents and families in their children's development and learning. In fact, research indicates that:

- Children with supportive home learning environments show increased literacy development, better peer interactions, fewer behavior problems, and more motivation and persistence during learning activities.²
- Among the youngest children, daily parent-child reading from infancy prompts cognitive skills as well as early vocabulary gains that lead to more reading and vocabulary growth³, a pattern of growth that has been compared to a snowball.
- Continued family engagement is important through the school years. Longitudinal studies of low-income children show that high family involvement offsets the risks of children growing up in low-income households and in households with low parent education.⁴

The launch of the PFCE Framework marks the beginning of a new wave of technical assistance resources that will be made available to programs in the coming year through the National Center on Parent, Family, and Community Engagement. The PFCE Framework can be used in program-wide strategic planning, program design and management, systems of continuous improvement, professional development for staff, and with governing bodies and parent groups. It can be used to help improve program services or to inform community partners about Head Start parent and family engagement goals and the importance of those goals for school readiness. The PFCE Framework is intended to inspire a renewed spirit of collaboration with families and community partners as programs identify and take next steps to engage parents, families, and the community to achieve better outcomes for children and families.

1 Bryk, A.S. & Schneider, B. (2003). Trust in schools: a core resource for school reform. *Educational Leadership*, 60(6).

Lopez, M.E., Dorros, S., & Weiss, H. (1999). *Family-centered child care*. Cambridge, MA: Harvard Family Research Project.

2 Fantuzzo, J., McWayne, C., & Perry, M. (2004). Multiple dimensions of family involvement and their relations to behavioral and learning competencies for urban, low-income children. *The School Psychology Review*, 33(4), 467-480.

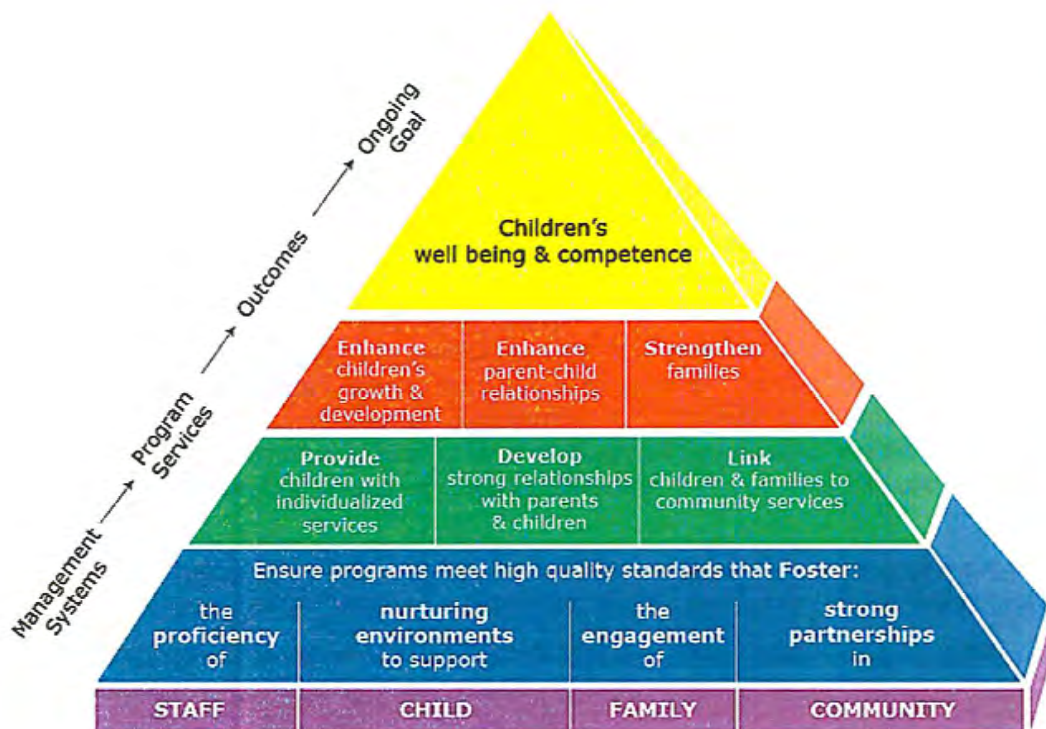
Weiss, H., Caspe, M., Lopez, M. E. (2006). *Family Involvement in Early Childhood Education. Family Involvement Makes a Difference*. Cambridge, MA: Harvard Family Research Project.

3 Raikes, H., Luze, G., Brooks-Gunn, J., Raikes, H.A., Pan, B.A., Tamis-LeMonda, C.S., et al. (2006). Mother-child book reading in low-income families: Correlates and outcomes during the first three years of life. *Child Development* 77(4), 924-953.

4 Dearing, E., Kreider, H., Simpkins, S., & Weiss, H. B. (2006). Family involvement in school and low-income children's literacy performance: Longitudinal associations between and within families. *Journal of Educational Psychology*, 98, 653-664.

Barnard, W.M. (2004). Parent involvement in elementary school and educational attainment. *Children & Youth Services Review*, 26(1), 39-62.

REVISED Framework for Programs Serving Infants and Toddlers and Their Families*



- The text in the Revised Early Head Start Program Performance Measures Conceptual Framework has been modified to represent current Office of Head Start language related to ongoing quality improvement, qualified staff, and family engagement. NOTE: The concepts behind the Framework have not changed.
- This Conceptual Framework provides a guide for programs to develop and implement supports for the healthy growth and development of expectant families, babies, and toddlers. Strong management systems provide the foundation for implementing comprehensive child development and family support services that lead to positive outcomes for very young children and their families.
- Through the implementation of continuous and comprehensive child development and family support services, program staff builds trusting and respectful relationships with families that integrate their values, beliefs, and caregiving practices. Trust and attachment are the context for learning and development in the five essential domains – physical and health, social and emotional, approaches to learning, language and literacy, and cognition and general knowledge.
- Fostering healthy development and secure attachment begins prenatally and continues to influence the developmental competence of very young children throughout their first years. Infants' and toddlers' well-being and competence in the five essential domains are developed in the context of trusting relationships. Ensuring positive relationships through nurturing experiences during the earliest years supports children's developmental competence throughout their preschool and school years.
- For more information, go to [Research to Practice: Program Performance Measures for Head Start Programs Serving Infants and Toddlers](#) and [The Head Start Parent, Family, and Community Engagement Framework: Promoting Family Engagement and School Readiness, from Prenatal to Age 8](#).

*Source: [Research to Practice: The Program Performance Measures for Head Start Programs Serving Infants and Toddlers](#). HHS/ACF/OPRE. April 2006.

How Do Infant/Toddler Programs Support School Readiness?

All Head Start agencies serving infants and toddlers must establish program goals for improving the school readiness of participating children and take steps to achieve these goals (45 CFR XIII 1307.3 (b)(1),(2) as amended). The Office of Head Start is developing resources and materials to support programs in developing and implementing school readiness goals for infants and toddlers based on the following foundations and principles.

SCHOOL READINESS GOALS FOR INFANTS AND TODDLERS

Agencies need to consider infant and toddler developmental needs when implementing the [Four Action Steps](#) to set and achieve appropriate school readiness goals for this age group:

1. Establish goals for improving school readiness across the five essential domains: language and literacy, cognition and general knowledge, approaches to learning, physical development and health, and social and emotional development;
2. Create and implement an action plan for achieving the established school readiness goals;
3. Assess child progress on an ongoing basis and aggregate and analyze data at multiple times throughout the year; and
4. Examine data for patterns of progress for groups of children in order to revise, or develop and implement, plans for program improvement.

PROVIDING A FOUNDATION FOR SCHOOL READINESS

The Head Start Act of 2007 requires that programs serve infants, toddlers, and their families by providing ... “early, continuous, intensive, and comprehensive child development and family support services that will enhance the physical, social, emotional, and intellectual development of participating children” (Sec.645A (b)(1)). How does this relate to improving school readiness for infants and toddlers?

Improving school readiness for infants and toddlers means providing a secure foundation for child development and early learning across domains that ensures children enter preschool, and eventually school, ready to succeed. The large body of research on brain development and how babies learn clearly demonstrates the importance of secure attachments with adults as critical to babies’ overall development.

Below are considerations for a program structure and design to support the delivery of child-focused, family-centered services that promote infant /toddler development and early learning.

IMPLEMENTING HIGH-QUALITY PROGRAMS FOR INFANTS, TODDLERS, AND FAMILIES

When implementing appropriate services across program options and settings that support achievement toward school readiness goals for infants and toddlers, consider:

- Is one primary caregiver assigned to each child in center-based Early Head Start programs? Is there one home visitor assigned long term in the home-based program option? Are there limited transitions within the day/week/month/year to ensure continuity of care?
- Do infants and toddlers and their families feel safe and secure within their program setting? Do staff use responsive caregiving practices to engage them? How are staff supported in an ongoing way to develop and foster close and trusting relationships among families, children, and colleagues?

- What curriculum is used? Is it rooted in the concept of learning through relationships and routines? Does it support developmental progress in school readiness goals across the five essential domains? What do group and individualized routines look like? Are routines based upon individual needs and preferences? How are staff supported to implement nurturing care routines and play experiences to intentionally support development and learning? How are families engaged “as the child’s first and primary teacher?”
- Are there written plans for individual children as well as for groups of children? Do the plans reflect developmental milestones for each child and progress in reaching them? How are families involved in determining developmental goals? Do plans and daily care practices include family care practices and routines, as best as possible, to implement continuity of care?
- Is the environment rich with language so that babies hear words and language describing the array of experiences throughout the day? Do developing toddlers find adults who listen and understand their own budding expressions? How are staff and families supported in using a variety of conversational styles to foster emerging concepts and cognitive learning?
- Is there a process of ongoing assessment that includes a valid and reliable instrument, observations of staff and family, and anecdotal records? How does planning include all staff and family members caring for the child? How does it document the adaptation of curricular goals based on baby/toddler progress across all domains?
- Is there a systematic process to look for patterns of progress and outcomes in groups of infants and toddlers? How is this information used to enhance program performance and design so all children succeed?

RESOURCES ON SCHOOL READINESS FOR INFANTS AND TODDLERS

[Early Head Start Research to Practice](#). HHS/ACF/OPRE. 2003 – Current.

[Family Engagement and Ongoing Child Assessment](#). HHS/ACF/OHS. 2011.

[A Guide to Resources for Developing School Readiness Goals](#). HHS/ACF/OHS. 2011.

[Head Start Act, as amended December 12, 2007, Sec. 645A](#) describes Early Head Start Programs as providing:

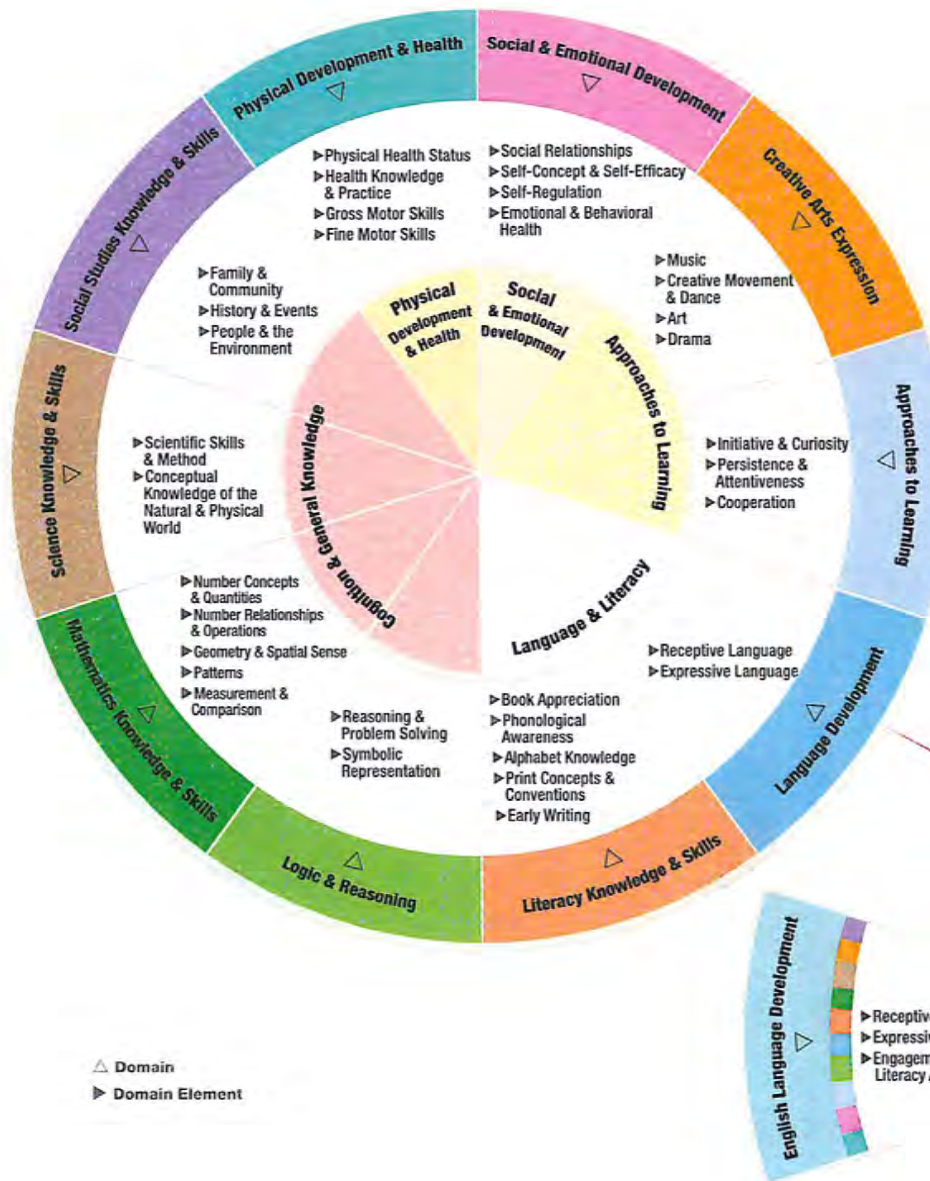
- “Family-centered services for low-income families with very young children designed to promote the development of the children, and to enable their parents to fulfill their roles as parents and to move toward self-sufficiency” [Sec. 645A (a)].
- “Either directly or through referral, early, continuous, intensive, and comprehensive child development and family support services that will enhance the physical, social, emotional, and intellectual development of participating children” [Sec.645A (b)(1)].

[Head Start and Early Head Start School Readiness Frequently Asked Questions \(FAQs\)](#). HHS/ACF/OHS. March 2012.

[Head Start Parent, Family, and Community Engagement Framework: Promoting Family Engagement and School Readiness, from Prenatal to Age 8](#). HHS/ACF/OHS. 2011.

[Healthy Start, Grow Smart Series: Prepare My Child for School](#). DOA/ED/DHHS. 2002.

The Head Start Child Development and Early Learning Framework



The Head Start Child Development and Early Learning Framework Promoting Positive Outcomes in Early Childhood Programs Serving Children 3-5 Years Old

The *Framework* represents the foundation of the Head Start Approach to School Readiness. It aligns with and builds from the five essential domains of school readiness identified by the National Education Goals Panel (see inner circle) and lays out essential areas of learning and development. The *Framework* can be used to guide curriculum, implementation, and assessment to plan teaching and learning experiences that align to school readiness goals and track children's progress across developmental domains. The domains △ and domain elements ➤ apply to all 3 to 5 year olds in Head Start and other early childhood programs, including dual language learners and children with disabilities.

English Language Development

Applies to all children. One domain, English Language Development, applies only to children who are dual language learners (DLLs). These children speak a language other than English at home.

[Research to Practice: Program Performance Measures for Head Start Programs Serving Infants and Toddlers](#). HHS/ACF/OPRE. April 2006.

[Resources for Measuring Services & Outcomes in Head Start Programs Serving Infants & Toddlers](#). HHS/ACF/OPRE. Revised 2011.

[School Readiness Action Steps for Infants and Toddlers](#). HHS/ACF/OHS. 2012.

[Technical Assistance Paper No. 6: The Foundations for School Readiness: Fostering Developmental Competence in the Earliest Years](#). HHS/ACF/ACYF/HSB. 2003.

How Do Preschool Programs Support School Readiness?

In 2000, the Office of Head Start expanded the understanding of school readiness for preschool children, 3 to 5 years old, by delineating domains of learning and development in the Child Outcomes Framework. In 2010, the revised Head Start Child Development and Early Learning Framework was released. It reflects changes in the field of early childhood, new research findings, and legislation that expand our understanding of school readiness. Regulation 45 CFR Chapter XIII Part 1307, as amended, requires all agencies to establish school readiness goals, defined as “the expectations of children’s status and progress across domains of language and literacy development, cognition and general knowledge, approaches to learning, physical health and well-being and motor development, and social and emotional development that will improve readiness for kindergarten goals” (Part 1307.2).

The regulations require that agencies establish school readiness goals that “align with the Head Start Child Development and Early Learning Framework, State early learning guidelines, and the requirements and expectations of the schools, to the extent that they apply to the ages of children, birth to five, participating in the program and at a minimum address the domains of language and literacy development, cognition and general knowledge, approaches toward learning, physical well-being and motor development, and social and emotional development” (45 CFR XIII 1307.3 (b)(1)(ii), as amended).

In order to help prepare children to be successful when they enter school, Head Start programs implement core strategies including:

- An integrated curriculum that addresses the essential domains of school readiness in the Head Start Child Development and Early Learning Framework.
- “Aggregate and analyze aggregated child-level assessment data at least three times per year (except for programs operating less than 90 days, which will be required to do so at least twice within the operating program period) and use that data in combination with other program data to determine grantees progress toward meeting its goals, to inform parents and the community of results, and to direct continuous improvement related to curriculum, instruction, professional development, program design and other program decisions (45 CFR Chapter XIII 1307.3 (2)(i), as amended).
- Early learning coaching available to staff across program options and settings.
- An individualized Wellness Plan that promotes healthy development for every child.
- A parent partnership process that promotes an understanding of their child’s progress, provides support, and encourages learning and leadership.
- Ongoing communication with local schools to exchange information about children and programs and to align services for early learning, health, and family engagement.
- A learning community among staff to promote innovation, continuous improvement, and integrated services across education, family services, and health.

Each agency needs to utilize the five domains, represented by the inner wheel of the Framework as the basis for agency preschool school readiness goals. Agencies will indicate how the curriculum and child assessment(s) address or align with the established goals, and how parents are involved in this process. Head Start programs are expected to (ACF-PI-HS-11-04):

1. Adopt and align established OHS goals from the revised Framework.
2. Create and implement a plan of action for achieving the goals.
3. Assess child progress on an ongoing basis and aggregate and analyze data three times per year.
4. Examine data for patterns of progress for groups of children in order to develop and implement a plan for program improvement.

In order to help address school readiness requirements, the Office of Head Start will continue to communicate and support local programs, and will guide the efforts of the Training and Technical Assistance (T/TA) Network. Communications will support programs’ continued efforts to build their systems and to deliver quality services to children, families, and communities.



TIPS | for parents of Preschoolers

Read early and read often. The early years are critical to developing a lifelong love of reading. It's never too early to begin reading to your child! The tips below offer some fun ways you can help your child become a happy and confident reader. Try a new tip each week. See what works best for your child.

■ **Read together every day.**

Read to your child every day. Make this a warm and loving time when the two of you can cuddle close.

■ **Give everything a name.**

Build your child's vocabulary by talking about interesting words and objects. For example, "Look at that airplane! Those are the wings of the plane. Why do you think they are called wings?"

■ **Say how much you enjoy reading.**

Tell your child how much you enjoy reading with him or her. Talk about "story time" as the favorite part of your day.

■ **Read with fun in your voice.**

Read to your child with humor and expression. Use different voices. Ham it up!

■ **Know when to stop.**

Put the book away for awhile if your child loses interest or is having trouble paying attention.

■ **Be interactive.**

Discuss what's happening in the book, point out things on the page, and ask questions.

■ **Read it again and again.**

Go ahead and read your child's favorite book for the 100th time!

■ **Talk about writing, too.**

Mention to your child how we read from left to right and how words are separated by spaces.

■ **Point out print everywhere.**

Talk about the written words you see in the world around you. Ask your child to find a new word on each outing.

■ **Get your child evaluated.**

Please be sure to see your child's pediatrician or teacher as soon as possible if you have concerns about your child's language development, hearing, or sight.

Visit www.ReadingRockets.org for more information on how you can launch a child into a bright future through reading.



CONSEJOS de niños en para padres preescolar / pre-kindergarten

Léales desde temprana edad y frecuentemente. Los primeros años son críticos para desarrollar un amor a la lectura para toda la vida. ¡Nunca es demasiado pronto para comenzar a leerle a su hijo o hija! Los siguientes consejos le ofrecen maneras divertidas para ayudar a que sus hijos se conviertan en lectores seguros y contentos. Intente diferentes consejos cada semana y vea cuales funcionan mejor.

■ Lean juntos todos los días

Lea con su hijo todos los días. Haga que este tiempo esté lleno de amor y cariño donde puedan abrazarse.

■ Póngale nombres a todo

Incremento el vocabulario de su hijo al hablar de palabras y objetos interesantes. Por ejemplo: "¡Mira ese avión! Esas son las alas del avión. ¿Por qué crees que se llaman alas?"

■ Dígales cuánto disfruta leer

Dígale a su hijo o hija lo mucho que disfruta leer con él o con ella. Haga de "la hora cuenta cuentos" la hora favorita de su día.

■ Lea con una voz amena

Léale a su hijo con expresión y humor. Use diferentes voces al leer. ¡Hágalo más divertido!

■ Sepa cuando parar

Guarde el libro por un tiempo si ve que su hijo pierde el interés o si le cuesta trabajo poner atención.

■ Sea interactivo

Discuta lo que esta pasando en el libro, señale cosas que suceden en la página y haga preguntas al respecto.

■ Lea una y otra vez

¡Adelante, léale a su hijo su cuento favorito 100 veces!

■ También hable sobre la escritura

Explíquele a su hijo cómo leemos de izquierda a derecha y porqué las palabras se separan por espacios.

■ Señale cosas escritas a su alrededor

Hable acerca de las palabras escritas que haya en su entorno. Pídale a su hijo que encuentre palabras diferentes en cada paseo o salida que hagan.

■ Lleve a su hijo a que lo evalúen

Asegúrese de evaluar a su hijo lo antes posible por su pediatra o maestro si tiene dudas acerca del desarrollo del lenguaje, oído o vista de sus hijos.

www.ColorinColorado.org

Información práctica, actividades, y asesoría sobre la lectura ¡en español!



READING
rockets



WETA



American Federation of Teachers, AFT



National Institute for Literacy
The Partnership for Reading



TIPS | for parents of Toddlers

Being a toddler is all about ACTION. Encourage continued language development and interest in books and reading by keeping things lively and engaging. Everyday experiences are full of opportunities to engage in conversation and develop language skills. The tips below offer some fun ways you can help your child become a happy and confident reader. Try a new tip each week. See what works best for your child.

■ **Don't expect your toddler to sit still for a book**

Toddlers need to MOVE, so don't worry if they act out stories or just skip, romp, or tumble as you read to them. They may be moving, but they are listening.

■ **Recite rhymes, sing songs, and make mistakes!**

Pause to let your toddler finish a phrase or chant a refrain. Once your toddler is familiar with the rhyme or pattern, make mistakes on purpose and get caught.

■ **Choose engaging books**

Books featuring animals or machines invite movement and making sounds. Books with flaps or different textures to touch keep hands busy. Books with detailed illustrations or recurring items hidden in the pictures are great for exploring and discussing.

■ **Keep reading short, simple, and often**

Toddlers frequently have shorter attention spans than babies. Look for text that is short and simple. Read a little bit, several times a day.

■ **Encourage play that involves naming, describing, and communicating**

Set up a zoo with all the stuffed animals. Stage a race with the toy cars. Put your toddler in charge and ask lots of questions.

■ **Every day is an adventure when you're a toddler**

Choose books about everyday experiences and feelings. Your child will identify with the characters as they dress, eat, visit, nap, and play.

■ **Ask questions**

Take time to listen to your toddler's answers. Toddlers have strong opinions and interesting ideas about the world. Encourage your toddler to tell you what he or she thinks. You'll build language skills and learn what makes your toddler tick at the same time.

■ **Play to their favorites**

Read favorite stories again and again. Seek out books about things your toddler especially likes—trains, animals, the moon. These books may extend a toddler's attention span and build enthusiasm for reading.

■ **Not having fun?**

Try a different story or a different time during the day. Reading with a very young child is primarily about building positive experiences with books, not finishing every book you start.

Visit www.ReadingRockets.org for more information on how you can launch a child into a bright future through reading.



CONSEJOS de niños para padres pequeños

Para los niños pequeños que empiezan a caminar todo se trata de la **ACCIÓN**. Incentive el constante desarrollo lingüístico y el interés en los libros y la lectura haciendo actividades animadas y entretenidas. En las experiencias de todos los días encontrará infinitas oportunidades de iniciar una conversación y desarrollar las destrezas lingüísticas. Los consejos que se dan a continuación proponen formas divertidas de ayudar a su hijo a convertirse en un lector feliz y seguro. Pruebe un consejo nuevo cada semana. Observe qué funciona mejor con su hijo.

■ **No espere que su hijo pequeño se quede sentado y quieto con un libro**

Los niños en edad de caminar necesitan **MOVERSE**, y no debe preocuparse si teatralizan los cuentos o sencillamente brincan, jueguean o se revuelcan mientras usted les lee. Si bien están en movimiento, están escuchando.

■ **Haga rimas, cante canciones y cometa errores!**

Haga una pausa para que su hijo pequeño complete una frase o recite un estribillo. Cuando el niño conozca la rima o el patrón, cometa errores a propósito para que el niño lo descubra.

■ **Escoja libros entretenidos**

Los libros con animales o máquinas invitan al movimiento y a hacer sonidos. Los libros troquelados o con distintas texturas para tocar mantienen las manos ocupadas. Los libros con ilustraciones detalladas o elementos recurrentes ocultos en los dibujos son excelentes para investigar y debatir.

■ **Haga de la lectura una actividad breve, sencilla y frecuente**

Léale a su hijo con expresión y humor. Use diferentes voces al leer. ¡Hágalo más divertido!

■ **Proponga juegos que incluyan nombrar cosas, describir y comunicar**

Arme un zoológico con todos los animales de peluche. Proponga una carrera con los autos de

juguete. Deje que su hijo dirija el juego y haga muchas preguntas.

■ **Todos los días son una aventura para los niños pequeños**

Escoja libros sobre sentimientos y experiencias cotidianas. Su hijo identificará con los personajes cuando se visten, comen, van de visita, duermen una siesta y juegan.

■ **Haga preguntas.**

Tómese tiempo para escuchar las respuestas de su hijo. Los niños pequeños tienen opiniones firmes e ideas interesantes acerca del mundo. Incentive a su hijo para que le cuente sus ideas. Así, lo ayudará a desarrollar destrezas lingüísticas y, al mismo tiempo, descubrirá qué motiva a su hijo.

■ **Juegue con sus preferencias**

Lea sus cuentos preferidos una y otra vez. Busque libros sobre las cosas que más le gustan a su hijo: trenes, animales, la luna. Estos libros pueden ampliar la capacidad de atención de su hijo y fomentar el entusiasmo por la lectura.

■ **¿No se divierte?**

Pruebe con otro cuento o en otro momento del día. Leer con un niño muy pequeño se trata principalmente de construir experiencias positivas con los libros, no de terminar cada libro que empiezan a leer.

www.ColorinColorado.org

Información práctica, actividades, y asesoría sobre la lectura ¡en español!

DISABILITIES

DISCAPACIDADES





DISABILITY

Jova Gamboa-Torres, Disabilities & Child Development Coordinator

Community Action, Inc. of Central Texas - Head Start Program ensures a minimum of 10% of Head Start's total enrollment is for children with disabilities all eligible children by encouraging "the inclusion of children with special needs in an integrated setting". Inclusion means helping children who have a disability learn and play in their natural environment where they will have the greatest opportunity to become successful as possible. The Head Start program views inclusion as beneficial to all children. Children learn to accept and be comfortable with individual differences, variety of abilities and cultures when there are opportunities to interact with others.

Quality services for children with special needs include:

- 📖 Provide information about the ECI and ISD special education programs/activities
- 📖 Provide information about state and federal laws pertaining to the rights of students with special needs
- 📖 Assists parents with identifying and securing special support services for their children
- 📖 Assure that necessary services are delivered
- 📖 Provide additional information about your child's particular disability
- 📖 Provide information and skills to become the best advocates for your child
- 📖 Attend ARD/IFSP/Plan of Care meetings with Parents
- 📖 Provide an inclusive and least restrictive educational experience
- 📖 Assist with classroom or curriculum modifications for your child
- 📖 Talk with your child's teacher about your child's special needs
- 📖 Help in transition planning when your child moves between classrooms or centers
- 📖 Interagency coordination and cooperation
- 📖 Be an advocate for parents
- 📖 On-going staff development and program evaluation for optimal carryover of IEP and IFSP goals
- 📖 Provide community resources for children and families with disabilities

DISCAPACIDADES

Jova Gamboa-Torres—



El programa de Head Start de Community Action, Inc. of Central Texas asegura que un mínimo de 10% de toda la inscripción sea de niños con discapacidades y necesidades especiales. Head Start mantiene una política a nivel nacional de inscripción abierta para todos los niños elegibles fomentando “inclusión de niños con necesidades especiales en un ambiente integrado.” La inclusión significa ayudar a los niños que tienen una discapacidad aprender y jugar en su ambiente natural donde ellos tendrán la más grande oportunidad de ser lo más exitoso posible. El programa de Head Start ve la inclusión como beneficiosa para todos los niños. Los niños aprenden aceptar y estar a gusto con diferencias individuales, variedad de habilidades y culturas cuando hay oportunidad de interactuar con otros.

Servicios de calidad para niños con necesidades especiales incluyen:

- 👤 Proveer información sobre ECI y el programa de educación especial del distrito escolar
- 👤 Proveer información sobre las leyes del estado y federales sobre los derechos de los estudiantes con necesidades especiales.
- 👤 Ayudar a los padres con la identificación y asegurar servicios de apoyo especiales para el niño.
- 👤 Asegurar que los servicios necesario sean entregados
- 👤 Proveer información adicional sobre la discapacidad particular de su niño
- 👤 Proveer información y habilidades para convertirse en el mejor abogado para su hijo
- 👤 Asistir con reuniones de ARD/IFSP/Plan de Cuidado con los padres
- 👤 Proveer una experiencia educativa inclusiva y menos restrictiva
- 👤 Ayudar en el salón de clase o con modificaciones al currículo de su niño
- 👤 Hablar con la maestra de su niño sobre las necesidades especiales de su niño
- 👤 Ayudar en la planificación de transición cuando su niño se muda entre aulas o centros
- 👤 Coordinación y cooperación entre agencias
- 👤 Ser una abogado para padres
- 👤 Desarrollo del personal y evaluación del programa para arrastre optimo de las metas de IEP y IFSP
- 👤 Proveer recursos comunitarios para niños y familias con discapacidades

Yanira H/varez 9/13/10

Communication Topic 2 Visual 3

How Infants and Young Children Communicate



1. Gaze

La mirada



4. Babble

Balbucear



3. Use facial expressions

Las expresiones faciales

Puntos
y usar
otros
gestos



2. Point and use other gestures



5. Use jargon (jabber)

Usar jerga

Speech Sounds

Sound	Approximate Age Sound is Mastered
p, m, h, n, w, b	1.5 to 3 years
k, g, d	2 to 4 years
t, ng (-ing)	2 to 6 years
f, y (as is yes)	2.5 to 4 years
r, l	3 to 6 years
s	3 to 8 years
ch, sh	3.5 to 7 years
z	3.5 to 8 years
j (as in jump)	4 to 7 years
v	4 to 8 years
th (as in bath)	4.5 to 7 years
th (as in father)	5 to 6 years

The production of speech sounds is called articulation. Sometimes children omit or incorrectly produce sounds and have speech that is difficult to understand.

Twenty-five percent of children have mastered the sounds by the first age listed, while 90% have mastered the sounds by the last age given.



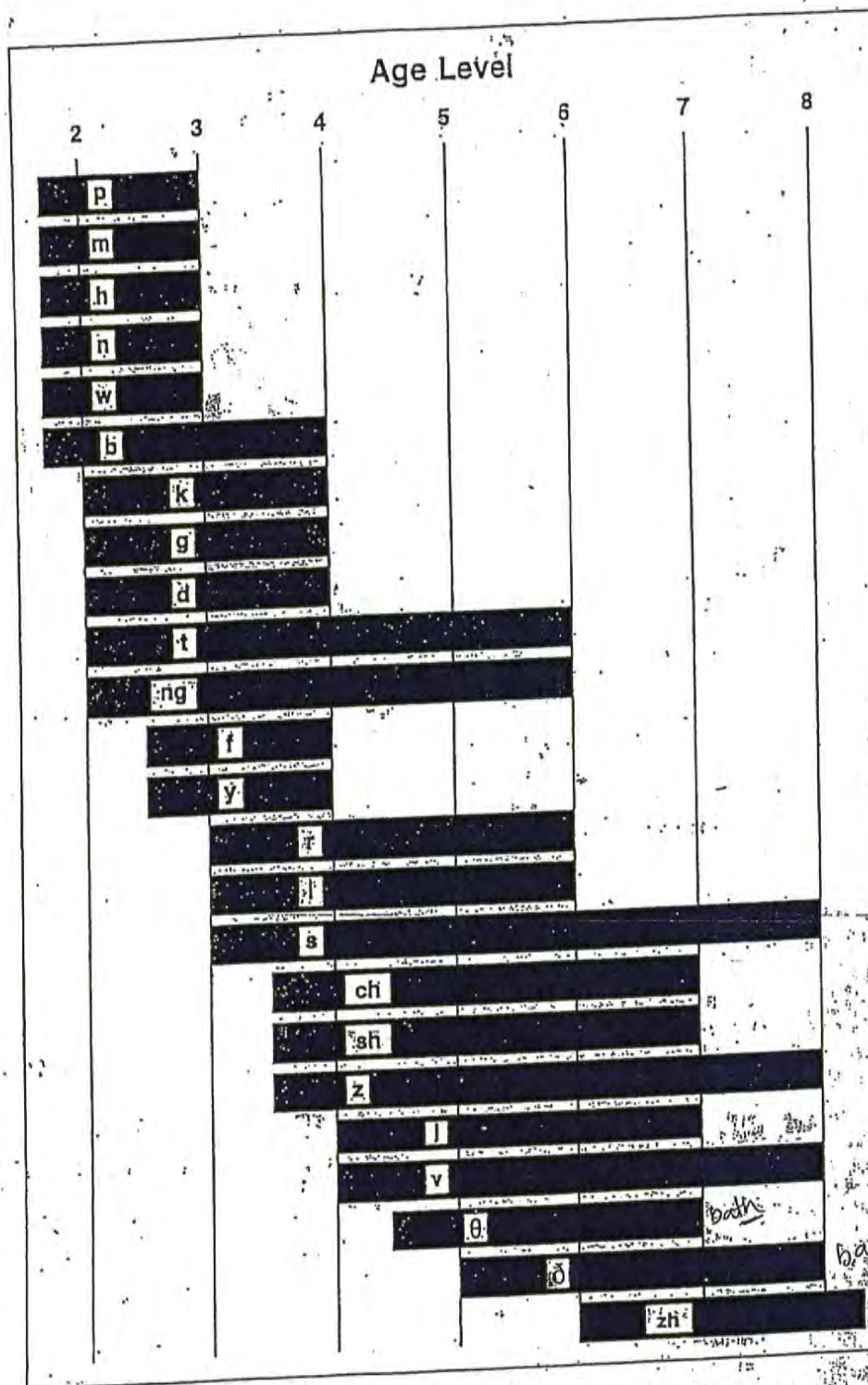


Figure 5-1. Age ranges of normal consonant development. Average age estimates and upper age limits of customary consonant production. The solid bar corresponding to each sound starts at the median age of customary articulation; it stops at an age level at which 90% of all children are customarily producing the sound (data from Templin, 1957; Wellman et al., 1981). (From E. Sander [1972], "When Are Speech Sounds Learned?" *Journal of Speech and Hearing Disorders*, 37, 55-63. Used by permission.)

MENTAL HEALTH & WELLNESS

SALUD MENTAL Y BIENESTAR





MENTAL HEALTH & WELLNESS

Jennifer McCulley- Child & Family Wellness Mental Health Coordinator

What is Mental Health?

Mental health is how we think, feel, and act in order to face various life experiences. It is how we look at ourselves, our lives and the people that we care about. It also helps determine how we handle stress, relate to others, evaluate our options and make choices. Like physical health, mental health is important at every stage of life.

What is Early Childhood Mental Health?

- 📖 Learning to understand, manage and express emotions well
- 📖 Forming close and secure relationships with others
- 📖 Exploring the environment and gaining knowledge about the world
- 📖 Healthy social and emotional development

Community Action, Inc. of Central Texas - Head Start Program recognizes the importance of promoting a child and family's complete health. Our staff includes a trained Mental Health Professional (MHP) who is available for consultation, referral, and intervention services. The MHP works with families and children on an individual or in a group setting.

Head Start embraces a vision of wellness through...

- 📖 Strengthening relationships among children, families, staff, and mental health professionals and the community
- 📖 Promoting awareness of the benefits of mental wellness
- 📖 Promoting awareness of mental health resources in the community
- 📖 Providing mental health education, trainings and workshops to our families and staff

Social Emotional Development

Children grow and develop rapidly during the infant and toddler years. Head Start is concerned with the development of the whole child. The Mental Health portion of Head Start focuses on the promotion of each child's positive self-worth, respect for individual differences, and the ability to play, love, learn, and work within the home, school and other environments. Accomplishments in these areas will have a positive impact on the children's ability to become independent, problem solvers, critical thinkers who are able to forge ahead despite disappointment, misfortune, or tragedy. With appropriate social emotional development, they will be able to achieve greater academic/career success and have healthy relationships become the foundation for a well-adjusted individual.

Jennifer McCulley- Coordinadora del Bienestar de Niños y Familias



¿Qué es la Salud Mental?

La salud mental es como pensamos, nos sentimos, y actuamos para poder enfrentar las situaciones de la vida. Es como nos vemos a nosotros mismos, nuestras vidas y la gente que nos importa. También ayuda a determinar cómo manejamos el estrés, nos relacionamos con otros, evaluamos nuestras opciones y tomamos decisiones. Como la salud física, la salud mental es importante en cada etapa de la vida.

¿Qué es la Salud Mental Infantil?

-  Aprender a entender, manejar, y expresar nuestras emociones bien
-  La formación de relaciones cercanas y seguras con otros
-  Explorando el ambiente y obtener el conocimiento sobre el mundo
-  El desarrollo social y emocional saludable

El Programa de Head Start de Community Action, Inc., reconoce la importancia de promover la salud complete de niños y familias. Nuestro personal incluye un Profesional de Salud Mental entrenado (MHP por sus siglas en ingles) que está disponible para consultas, referencias, y servicios de intervención. El MHP trabaja con las familias y los niños individualmente o en grupo.

Head Start se atiene a una visión de bienestar por medio de:

Quality Services for Mental Health Wellness include:

-  Fortalecer la relación entre niños, familias, personal, y profesionales de salud mental y la comunidad
-  Promover el conocimiento de los beneficios del bienestar mental
-  Promover el conocimiento de los recursos en la comunidad para la salud mental
-  Proveer a nuestras familias y personal educación, entrenamiento, y talleres sobre la salud mental

Desarrollo Socio Emocional

Los niños crecen y se desarrollan rápidamente durante los años de infancia. Head Start se preocupa por el desarrollo de todo el niño. La porción de Salud Mental de Head Start se enfoca en promover el valor positivo, el respeto hacia las diferencias, y la habilidad de jugar, amar, aprender, y trabajar de cada niño dentro del hogar, la escuela, y otros ambientes. Los logros en estas áreas tendrán un impacto positivo en la capacidad de los niños a ser independientes, capaces de resolver problemas, pensadores críticos que son capaces de seguir adelante a pesar de la decepción, la desgracia o tragedia. Con el desarrollo social y emocional adecuada, ellos serán capaz de lograr un mayor éxito académico/profesional y tener relaciones sanas que se convertirán en la base para ser una persona bien adaptada.

Finding Help When You Need It

What's Happening

Being a parent is a 24-hour-a-day job, and sometimes it can feel overwhelming. Extra challenges can add to a parent's stress. For instance:

- Having a new baby
- Having a child with a disability
- Feeling alone, or not having friends or family nearby
- Being a single parent or having a partner who does not support you
- Dealing with money troubles, problems with your job, or housing concerns



What You Might Be Feeling

When life is stressful, parents sometimes feel:

- Angry—at your spouse, your friends, or even your children
- Lonely—like you are the only person dealing with so many problems
- Depressed—sad and unable to face your problems
- Overwhelmed—you don't know where to begin or you feel like giving up

What You Can Do

Stay in contact with friends and family who support you and make you feel good about yourself. Other parents can be a good source of support. If you think stress may be affecting the way you treat your children, or if you just want some extra support, try the following:

- **Talk to someone.** Tell a friend, health-care provider, counselor, or a leader in your faith community how you feel. Or, join a support group for parents.
- **Get babysitting help when you need a break.** Some parents trade babysitting with another family, so each parent gets a break.
- **Reach out to other parents.** You may find parents with children the same ages as yours at a local playground, your church, or your child's daycare or school.
- **Call a help line.** Most States have help lines for parents. Childhelp® runs a national 24-hour hotline (1.800.4.A.CHILD) for parents who need help or parenting advice.
- **Talk to your child's school.** Teachers and school counselors often can point you to other places that can help.
- **Take a class for parents.** You can always learn new skills to care for your children. Classes for parents on discipline, school success, or child development can help you build on what you already know about raising a happy, healthy child.

It is normal for parents to feel overwhelmed sometimes, but don't let these feelings affect how you treat your children. Help is just a phone call away! Call a friend, family member, church, or social service agency to talk to someone.

This tip sheet was created with input from experts in national organizations that work to protect children and promote healthy families. To download this tip sheet or for more parenting tips, go to www.childwelfare.gov/preventing/promoting/parenting or call 800.394.3366.



Obtenga ayuda cuando la necesite



Cuando los padres se sienten muy presionados esto puede afectar su relación con sus hijos. No deje que el estrés afecte su relación con sus seres más queridos. Es una buena señal que un padre busque ayuda cuando la necesita.

Ser padre puede ser abrumador,

Y es aun más difícil si está enfrentando otros desafíos al mismo tiempo, como por ejemplo:

- Cuidar a un bebé recién nacido o a un niño enfermo
- Cambiarse de casa y no tener amigos o parientes cerca
- Adaptarse a una cultura diferente o aprender un idioma
- Ser madre soltera o padre soltero que cría a sus hijos sin nadie quien le ayude
- Tener problemas con su trabajo, vivienda o dinero

Si está muy estresado se puede sentir:

- Enojado con su pareja, sus amigos o hasta con sus hijos
- Solo, como si fuera la única persona que tiene que lidiar con tantos problemas
- Deprimido, triste o incapaz de enfrentar sus problemas
- Con deseos de darse por vencido, porque no sabe qué hacer

No deje que el estrés afecte la manera en que trata a sus hijos.

Si siente necesidad de más apoyo, trate de:

- **Reunirse con gente** que lo haga sentirse mejor.
- **Hablar con un familiar** o con alguien de su iglesia.
- **Pedir a sus padres o algún familiar que cuide a sus hijos** cuando necesite un descanso.
- **Ponerse en contacto con otros padres.** Puede encontrar padres con hijos de la misma edad que los suyos en el parque local, en la iglesia o en la guardería o escuela de su hijo.
- **Hablar con el personal de la escuela de su hijo.**
- **Llamar a una línea de ayuda**, como *Childhelp*®. En español o en inglés las 24 horas del día. 1.800.422.4453

Muchos padres a veces se sienten con muchas cosas encima. Pero no deje que sus sentimientos afecten la manera en que trata a sus hijos. ¡Llame a alguien de confianza para obtener ayuda o asesoramiento!

Esta hoja fue elaborada con la ayuda de expertos que trabajan en organizaciones nacionales para proteger y promover familias sanas. Para más consejos para padres de familia, visite: www.childwelfare.gov/espanol o llame al 800.394.3366.



Bonding With Your Baby



What's Happening

Attachment is a deep, lasting bond that develops between a caregiver and child during the baby's first few years of life. Loving attachment between a baby and caregiver is critical to the growth of a baby's body and mind. The brain's ability to regulate emotions and respond to stress can be damaged if a baby does not have a strong bond with a parent. This can result in lifelong problems. Babies who have this bond and feel loved have a better chance to grow up to be adults who trust others and know how to return affection.

What You Might Be Seeing

Normal newborns:

- Have brief periods of sleep, crying or fussing, and quiet alertness many times each day
- Often cry for long periods for no apparent reason
- Love to be held and cuddled
- Respond to and imitate facial expressions
- Love soothing voices and will respond with smiles and baby noises
- Grow and develop every day; they learn new skills quickly and can outgrow difficult behaviors in a matter of weeks

What You Can Do

No one knows your child like you do, so you are in the best position to recognize and fulfill your child's needs. Parents who give lots of loving care and attention to their babies help their babies develop a strong attachment. Affection energizes your child to grow, learn, connect with others, and enjoy life. Here are some ways to promote bonding:

- Respond when your baby cries. Try to understand what he or she is saying to you. You can't "spoil" a newborn with too much attention—babies need and benefit from a parent's loving care even when they seem inconsolable.
- Hold and touch your baby as much as possible. You can keep him close with baby slings, pouches, or backpacks (for older babies).
- Use feeding time to look into your baby's eyes, smile, and talk to your baby.
- Read, sing, and play peek-a-boo. Babies love to hear human voices and will try to imitate your voice and the sounds you make.
- As your baby gets a little older, try simple games and toys. Once your baby can sit up, plan on spending lots of time on the floor with toys, puzzles, and books.

The best gift you can give your baby is YOU. The love and attention you give your baby now will stay with him or her forever and will help your baby grow into a healthier and happier child and adult.

This tip sheet was created with input from experts in national organizations that work to protect children and promote healthy families. To download this tip sheet or for more parenting tips, go to www.childwelfare.gov/preventing/promoting/parenting or call 800.394.3366.



Usted y su bebé: El lazo que los une



Los bebés necesitan más que alimento, calor y protección. También necesitan amor, atención y cariño. Formar lazos ayuda a su bebé a crecer fuerte y sano, tanto física como mentalmente.

Los recién nacidos:

- Duermen, lloran, se quejan y ven el mundo a su alrededor muchas veces por día
- Les encanta que los mimen y que les hablen
- Lloran sin motivo aparente, a veces por mucho tiempo
- Les encantan las voces tranquilas y responden con sonrisas y gorgoritos de bebé feliz
- Crecen y cambian todos los días

Formar lazos es bueno para el bebé... ¡y para usted!

Cuando usted forma lazos con su bebé, sabrá mejor lo que el bebé quiere y necesita. Y su bebé se sentirá amado y protegido.

El lazo que usted forma ahora ayuda a que el cuerpo y el cerebro de su bebé crezcan sanos. Esto afectará al bebé toda su vida: su temperamento, sus decisiones y las relaciones futuras que pueda tener. Le ayudará a tener una vida mejor.

La mejor manera de crear ese lazo es pasar tiempo con su bebé.

Estas son algunas cosas que usted puede hacer:

- Responda cuando lllore el bebé. Los recién nacidos no se vuelven "consentidos" por exceso de atención.
- Tómelo en brazos, mímelo y toque a su bebé a menudo. Use un canguro o una mochila especial para mantener a su bebé cerca.
- Léale, cántele y juegue a que se esconde y aparece. A su bebé le encanta oír su voz y tratará de imitarlo.
- Sonríale y mírelo a los ojos.
- Juegue juegos sencillos a medida que su bebé crezca. Pase tiempo en el piso con juguetes, rompecabezas y libros.

El mejor regalo que le puede hacer a su bebé es ¡USTED MISMO! El amor y la atención que le dé ahora permanecerán con él para siempre. Le ayudarán a tener relaciones sanas y a tomar buenas decisiones más adelante en la vida.



Dealing With Temper Tantrums

What's Happening

Two- and three-year-olds have many skills, but controlling their tempers is not one of them. Tantrums are common at this age because toddlers are becoming independent and developing their own wants, needs, and ideas. However, they are not yet able to express their wants and feelings with words. Take comfort in the fact that most children outgrow tantrums by age 4.



What You Might Be Seeing

Normal toddlers:

- Love to say “no!” “mine!” and “do it myself!”
- Test rules over and over to see how parents will react
- Are not yet ready to share
- Need lots of fun activities, play times, and opportunities to explore the world
- Respond well to a routine for sleeping and eating (a regular schedule)
- Like to imitate grownups and to “help” mom and dad

What You Can Do

It is often easier to prevent tantrums than to deal with them once they get going. Try these tips:

- Direct your child’s attention to something else. (“Wow, look at that fire engine!”)
- Give your child a choice in small matters. (“Do you want to eat peas or carrots?”)
- Stick to a daily routine that balances fun activities with enough rest and healthy food.
- Anticipate when your child will be disappointed. (“We are going to buy groceries for dinner. We won’t be buying cookies, but you can help me pick out some fruit for later.”)
- Praise your child when he or she shows self-control and expresses feelings with words.

If you cannot prevent the tantrum, here are some tips for dealing with it:

- Say what you expect from your child and have confidence that your child will behave.
- Remain calm. You are a role model for your child.
- Holding your child during a tantrum may help a younger child feel more secure and calm down more quickly.
- Take your child to a quiet place where he or she can calm down safely. Speak softly or play soft music.
- Some children throw tantrums to seek attention. Try ignoring the tantrum, but pay attention to your child after he or she calms down.
- Resist overreacting to tantrums, and try to keep your sense of humor.

When your child is having a floor-thumping tantrum, the most important thing you can do is remain calm and wait it out. Do not let your child’s behavior cause you to lose control, too.

This tip sheet was created with input from experts in national organizations that work to protect children and promote healthy families. To download this tip sheet or for more parenting tips, go to www.childwelfare.gov/preventing/promoting/parenting or call 800.394.3366.



Cómo lidiar con los berrinches



Lo que está pasando

Los niños entre dos y tres años de edad tienen muchas habilidades, pero controlar sus temperamentos no es una de ellas. Los berrinches son comunes a esta edad porque los niños pequeños están comenzando a independizarse y están desarrollando sus propias ideas, necesidades y deseos. Sin embargo, todavía no expresan sus deseos y sentimientos con palabras. Consuélese sabiendo que la mayoría de los niños superan la etapa de los berrinches alrededor de los cuatro años de edad.

Lo que usted podría estar observando

La mayoría de los niños pequeños:

- Les encanta decir: ¡No!... ¡Mío!... y ¡Yo solo!
- Ponen a prueba las reglas una y otra vez para ver cómo reaccionarán los padres
- No saben compartir todavía
- Necesitan muchas actividades divertidas, tiempo para jugar y oportunidades para explorar el mundo
- Responden bien a las rutinas para comer y dormir (un horario regular)
- Les gusta imitar a los "grandes" y "ayudar" a mami y a papi

Recuerde: Incluso cuando el niño hace un berrinche en pleno piso, lo mejor que puede hacer es guardar la calma y esperar. No permita que el comportamiento de su hijo le haga perder el control.

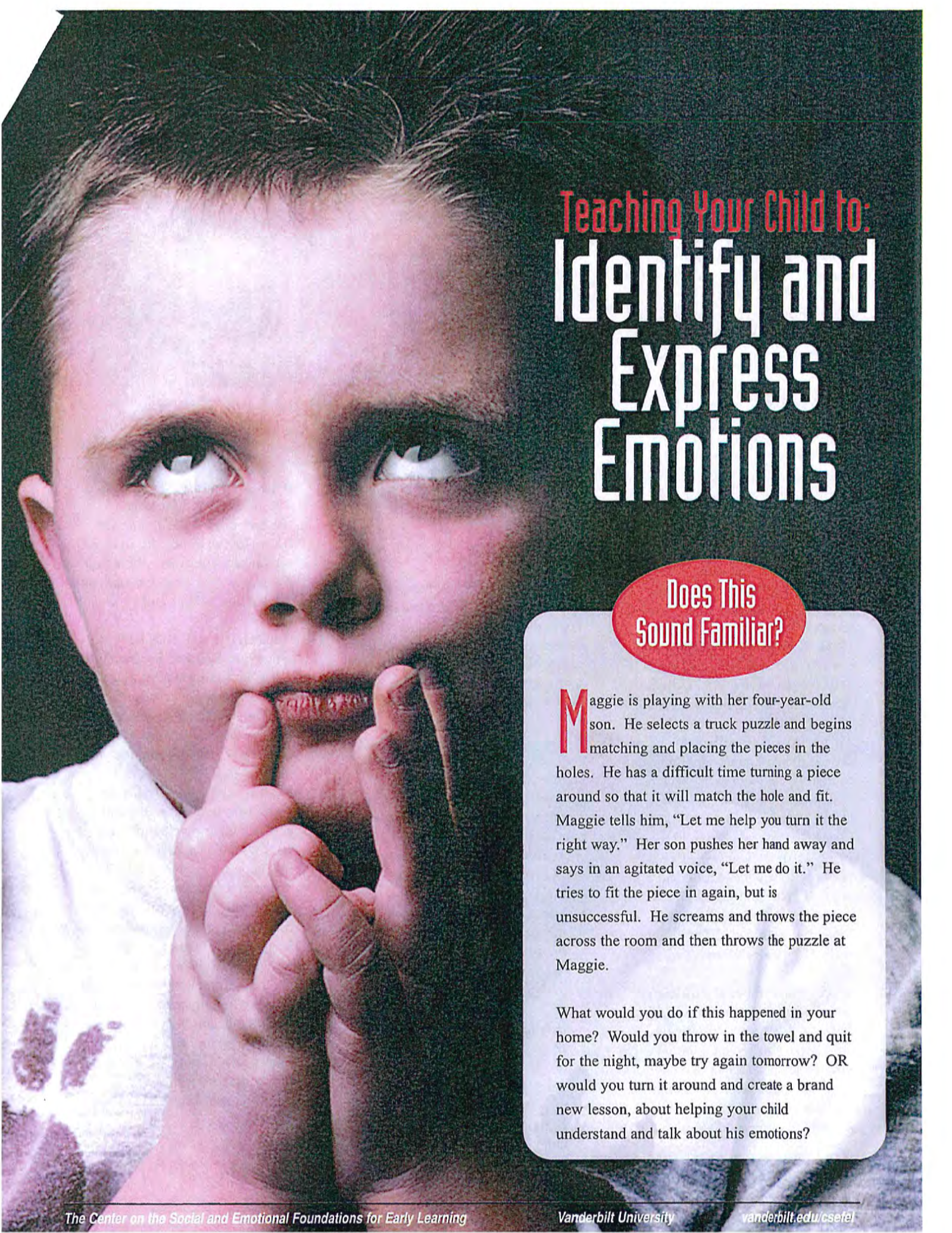
Lo que usted puede hacer

A menudo es más fácil prevenir un berrinche que tener que lidiar con ellos una vez que comienzan. Intente poner estos consejos en práctica:

- Ayude a su hijo a concentrarse en otra cosa. ("¡Mira ese camión de bomberos!")
- Deje que su hijo tome decisiones sobre cosas pequeñas. ("¿Quieres comer chícharos o zanahorias?")
- Siga una rutina diaria de actividades divertidas, con suficiente descanso y comida sana.
- Anticipe lo que puede desilusionar a su hijo. ("Vamos a comprar comida para la cena. Esta vez no vamos a comprar galletitas pero, ¿me ayudas a elegir fruta para el postre?")
- Felicite a su hijo cuando se controle a sí mismo y exprese sus sentimientos con palabras.

Si no puede prevenir un berrinche, pruebe estas sugerencias:

- Diga lo que espera de su hijo y confíe en que su hijo se comportará.
- No pierda la calma. Usted es el modelo a seguir para su hijo.
- Sostener a su hijo durante un berrinche puede ayudarlo a sentirse seguro y a calmarse más rápido.
- Lleve a su hijo a un lugar tranquilo para que se pueda calmar de manera segura. Háblele en voz baja o ponga música suave.
- Algunos niños tienen berrinches para llamar la atención. Intente ignorar el berrinche, pero préstele atención a su hijo después de que se haya calmado.
- Resista la tentación de sobre reaccionar a los berrinches, y trate de no perder el sentido del humor.



Teaching Your Child to: Identify and Express Emotions

Does This Sound Familiar?

Maggie is playing with her four-year-old son. He selects a truck puzzle and begins matching and placing the pieces in the holes. He has a difficult time turning a piece around so that it will match the hole and fit. Maggie tells him, "Let me help you turn it the right way." Her son pushes her hand away and says in an agitated voice, "Let me do it." He tries to fit the piece in again, but is unsuccessful. He screams and throws the piece across the room and then throws the puzzle at Maggie.

What would you do if this happened in your home? Would you throw in the towel and quit for the night, maybe try again tomorrow? OR would you turn it around and create a brand new lesson, about helping your child understand and talk about his emotions?

The Focus

Young children deal with many of the same emotions adults do. Children get angry, sad, frustrated, nervous, happy, or embarrassed, but they often do not have the words to talk about how they are feeling. Instead, they sometimes act out these emotions in very physical and inappropriate ways. For example, when Maggie's son was frustrated, he threw the puzzle piece and the puzzle.

The Solution

Parents can help their children understand and express their emotions. The following strategies are some of the ways you can help your child express his feelings:

- Help your children understand their emotions by first giving the feelings names and then encouraging them to talk about how they are feeling. For example, you might say to your child, "Daddy left on a trip, you are sad. You said you want your Daddy." By giving your child a label for her emotions, you enable your child to develop a vocabulary for talking about feelings.
- Give children lots of opportunities to identify feelings in themselves and others. For example, you might say to your child, "Riding your bike is so much fun. I see you smiling. Are you happy?" Or you might point out a situation and ask your child to reflect on what someone else may be feeling: "Joey bumped his head on the slide. How do you think Joey feels?"
- Teach your children the different ways they can respond to specific feelings, conflicts, or problems. Talk about your own feelings with your children. "Remember yesterday when the water in the bathtub would not go down the drain? Mommy got so mad and do

you remember what my face looked like when I got mad? Can you make a mad face like Mommy's?" Talk with your children about different ways you deal with specific feelings. "When I get mad I take a deep breath, count to three, and then try to think of the best way to deal with my problem."

- Teach your child to identify and express their emotions in ways that your family and friends find acceptable. For example, you might tell your child "Sometimes Grandfather is angry when things don't go well at work. What does he do? He sits on the porch until he figures out what he wants to say about it. You should sit and think when you get angry."

The Steps

1. Explain the feeling by using words your child can easily understand. Try to use pictures, books, or videos to help get your point across. "Look at Little Red Riding Hood's face; she is so scared when she sees the wolf in her Grandma's bed!"
2. Teach your child the different ways we can deal with feelings. Let your child come up with ways she can deal with her feelings. Talk about positive and not so positive ways to express feelings. There are many strategies you can use to teach new ways to appropriately express feelings:
 - Use real-life examples or teach in the moment. For example, "You are having a difficult time putting your trike in the carport. You look frustrated. What can you do? I think you could ask for help or take a deep breath and try again. What do you want to do?"
 - Teach your child new ways to respond to feelings by discussing common situations that your child might remember or that



happen frequently. For example, "Yesterday, you were angry because Joey would not let you play with his truck. You were so mad that you hit him. When you feel angry that Joey won't let you have a turn, what should you do?"

- You can use children's books to talk about feelings. For example, ask your child when reading a book, "What is (character in book) feeling right now? How do you know? Have you ever felt that way? What do you do when you feel that way?"
- Keep it simple, use visuals or pictures to help get your point across, and always try to relate your lesson back to something that happens in your child's life.
- Teach your child new strategies to use when feeling emotions that may be expressed inappropriately (e.g., anger, frustration, sadness). Strategies to share with your child might include taking a deep breath when frustrated or angry, getting an adult to help resolve a conflict, asking for a turn when others won't share, asking for a hug when sad, and finding a quiet space to calm down when distressed.

3. Praise your child the first time he tries to talk about his feelings instead of just reacting. It is **REALLY** important to let your child know exactly what she did right and how proud you are of her for talking about feelings. It should always be OK to say what we are feeling. It's how we choose to show our feelings and respond to them that requires special effort.

4. Support your child to talk about feelings and practice her new strategies for expressing emotions appropriately every chance you get. For example, you can talk about feelings when you are playing a game, when you are riding in the car, or when you are eating dinner. There will be all kinds of things that happen every day that will be great opportunities for you to talk about feelings. The more often your child practices, the faster your child will learn.

WARNING – Do not try and practice when your child is in the middle of a “meltdown.” Use quiet, calm times to teach and practice the new strategies. For example, if your child is having a “meltdown” because she does not want to wait for a cookie until after dinner, she will not be in the mood to practice expressing her frustration with words, rather than a tantrum. In this situation, you have to be deal with her emotions (e.g., “I know you really want a cookie now, but that is not an option, we are going to eat dinner in 5 minutes. You may have a cookie after dinner.”). However, you can talk with your child about the incident after she is calm and discuss the best way for expressing those emotions (“When you are frustrated that you can’t have what you want, you can tell me, but you



can't hit me or shout at me. Earlier, you wanted a cookie before dinner and you hit me. The next time you feel frustrated, you can tell me and then take a deep breath and calm down if you feel angry.”)

Practice Makes Perfect

Here are some activities that you can do with your child to help him or her understand feelings.

Here are some activities you can do with your child to help him or her understand feelings.

Play **Make a Face** with your child. You start the game by saying, “I am going to make a face, guess what I am feeling by looking at my face.” Then, make a happy or sad face. When your child guesses the feeling word, respond by saying, “That’s right! Do you know what makes me feel that way?” Follow by describing something simple that makes you have that feeling (e.g., “Going to the park makes me happy.” “I feel sad when it rains and we can’t go to the park.”). Please note, this is not the time to discuss adult circumstances that are linked to your emotions (e.g., “When your Daddy doesn’t call me, I feel sad.”). Then say to your child, “Your turn, you make a face and I will guess what you are feeling.” Don’t be surprised if your child chooses the same emotion that you

just displayed; it will take time before your child can be creative with this game. Once you guess, ask your child to name what makes him have that emotion. Keep taking turns until your child shows you that he is not interested in continuing the game.

Share a story in a new way. Read a book to your child that shows characters who experience different emotions (e.g., sad, happy, scared, worried, confused, etc.). Stop on a page where the character is showing the expression. Ask your child “What do you think he is feeling?” “Why is he feeling that way?” or “Look at her face, how can you tell that she is ___?” Other questions could be “Have you ever felt ___? What make you feel that way?” or “What will happen next?” or “What should he do?” Do not pause too long on one page and only continue the discussion as long as your child shows an interest.

Make an **emotion book** with your child. An easy project to do with your child is to create a homemade book. All you need is paper, crayons or markers, and a stapler. You can make a book about one emotion and have your child fill the pages with things that make her feel that way. For example, a “Happy Book” may have pictures that you and your child draw of things that make her happy, pictures cut out of magazines that are glued on the pages, or photographs of friends and family members. Another approach is to have the book be about a variety of feeling words and do a page on each of several emotions (happy, mad, surprised, scared, irritated, proud, etc.). For children who have a lot to say about their feelings, you may want to have them tell you a sentence about what makes them



Teaching Feeling Words

We often only think of teaching common emotions like happy, sad, mad, etc. But there are many other feeling words that children should learn to express, such as the following:

Brave	Cheerful
Cheerful	Bored
Confused	Surprised
Curious	Proud
Disappointed	Frustrated
Embarrassed	Silly
Excited	Uncomfortable
Fantastic	Worried
Friendly	Stubborn
Generous	Shy
Ignored	Satisfied
Impatient	Safe
Important	Relieved
Interested	Peaceful
Jealous	Overwhelmed
Lonely	Loving
Confused	Tense
Angry	Calm



feel an emotion so you can write the sentence on the page. Then, your child can cut out a picture to glue in the book or draw a picture to go with the emotion. Warning, this activity is more likely to be enjoyable to your child if you do it together, but might be difficult for your child to do alone.

Play **"Mirror, Mirror...what do I see?"** with your child. Using a hand mirror or a mirror on the wall, play this game with your child. Look in the mirror and say *"Mirror, mirror, what do I see?"* Then make an emotion face. Follow by naming the emotion by saying, *"I see a sad Mommy looking at me."* Turn to your child and say "your turn." Help your child remember the phrase *"Mirror, mirror what do I see?"* You may have to say it with your child. Then, tell your child to make a face and help him say the next sentence *"I see a happy Patrick looking at me."* Don't be surprised if your child always wants to use the emotion that you just demonstrated. Play the game until your child loses interest.



The Center on the Social and Emotional Foundations for Early Learning

Expressing Feelings

Sometimes children express their emotions in ways that are problematic. Your child might cry when frustrated or throw toys when angry. Here are some different ways you can teach your child to act on feelings:

Ask for help
Solve problems with words
Say it, don't do it (*say "I am mad" instead of throwing toys*)
Tell a grown-up
Take a deep breath
Describe what you are feeling
Think of a different way to do it
Relax and try again
Walk away
Ask for a hug

Putting it All Together

Understanding emotions is a critical part of children's overall development. It is up to adults to teach children to understand and deal with their emotions in appropriate ways. They are experiencing so many new and exciting things for the first time. It can be overwhelming! We need to be sure we always validate our children's emotions and don't punish them for expressing their feelings. You might want to remind your child that, "It's ok to tell me how you feel, but it's not ok to hurt others or things when you feel (name feeling)." Teach them about their emotions, help them come up with new ways to deal with emotions, give them lots of time to practice their new strategies, and always remember to give lots of positive encouragement when they use the new strategy instead of reacting in the "old" way!



Child Care



Office of



Cómo enseñar a su hijo a: identificar y expresar los

¿Reconoce esta historia?

Margarita está jugando con su hijo de cuatro años. El niño escoge un rompecabezas de un camión y empieza a armarlo colocando las piezas en sus huecos. Se le hace difícil dar vuelta una pieza de modo que la pueda meter al hueco. Margarita le dice: “Déjame ayudarte a darla vuelta como debe estar”. El niño empuja la mano de su madre y le dice en tono agitado: “Déjame hacerlo”. Hace otro intento pero no logra armar la pieza. Entonces grita y tira la pieza a otra parte del salón, y luego tira el rompecabezas hacia Margarita.

¿Qué haría usted si esto pasara en su casa? ¿Se daría por vencido y dejaría de jugar con su hijo en ese momento, y tal vez intentaría jugar con él a la mañana siguiente? O en cambio, ¿aprovecharía usted la oportunidad de enseñarle una lección acerca de comprender y hablar sobre los sentimientos?

El enfoque

Los niños pequeños sienten muchas de las mismas cosas que los adultos. Los niños a veces se sienten enojados, tristes, frustrados, nerviosos, felices o abochornados, pero muchos no conocen las palabras para expresar cómo se sienten. Más bien, pueden exteriorizar estos sentimientos de maneras muy físicas y poco apropiadas. Por ejemplo, cuando el hijo de Margarita se sintió frustrado, tiró el rompecabezas y la pieza.

La solución

Los padres de familia pueden ayudar a sus hijos a comprender y expresar sus sentimientos. He aquí algunas estrategias que usted puede usar para ayudar a su hijo a expresar sus sentimientos:

- Ayúdelos a comprender sus sentimientos al contarles primero los nombres de los sentimientos y luego al animarlos a hablar sobre cómo se sienten. Por ejemplo, usted podría decir a su hija: "Papi se fue de viaje, te sientes triste. Dijiste que quieres ver a Papi". Al dar a su hija una manera de nombrar sus sentimientos, usted le permite desarrollar un vocabulario para hablar sobre ellos.
- Permita que su hijo tenga muchas oportunidades de identificar los sentimientos propios y ajenos. Por ejemplo, usted podría decirle: "Qué divertido es montar tu bici. Veo que tienes una sonrisa. ¿Te sientes alegre?" O podría describir una situación y pedir que su hijo reflexione sobre lo que otra persona puede sentir: "Joey se golpeó en la cabeza cuando estaba en el tobogán. ¿Cómo crees que se siente Joey?"
- Enseñe a sus hijos las maneras variadas en que pueden reaccionar ante sentimientos, conflictos o problemas concretos. Hable sobre sus propios sentimientos con sus hijos. Por ejemplo: "¿Te acuerdas lo que pasó ayer, cuando el agua en

la tina no bajó por el desagüe? Mami se enojó mucho y ¿te acuerdas cómo se veía mi cara cuando estaba enojada? ¿Puedes hacer una cara enojada como la de Mami?" Hable también con sus hijos sobre maneras concretas en que usted maneja sentimientos específicos. "Cuando me enojo, respiro hondo, cuento hasta tres y luego intento pensar en la mejor manera de manejar mi problema".

- Enseñe a su hijo a identificar y expresar sus sentimientos de maneras que sean aceptables para su familia y sus amigos. Por ejemplo, usted podría decir a su hijo: "A veces Abuelo está enojado cuando las cosas no le han ido bien en el trabajo. ¿Qué hace entonces? Se sienta en el banco del patio hasta que haya pensado en algo que puede decir a los compañeros de trabajo para resolver las cosas. Tú deberías sentarte y pensar cuando te enojas".

Los pasos

1. Explique los sentimientos usando palabras que su hijo puede comprender fácilmente. Se pueden usar dibujos, libros o videos para darle una explicación clara. "Mira la cara de Caperucita Roja; ¡qué asustada se siente al ver al lobo que está en la cama de su abuelita!"
2. Enseñe a su hijo las maneras diferentes en que podemos manejar los sentimientos. Deje que su hijo idee maneras de manejarlos. Discuta las maneras positivas y no muy positivas de expresar los sentimientos. Hay muchas estrategias que se pueden usar para enseñar maneras nuevas de expresar apropiadamente los sentimientos:
 - Aproveche ejemplos de la vida real para dar lecciones inmediatas durante una situación. Por ejemplo: "Veo que se te hace difícil guardar tu triciclo en el garaje. Parece que te sientes frustrado. ¿Qué puedes hacer? Creo que puedes pedir ayuda, o respirar hondo e intentarlo otra vez. ¿Qué prefieres hacer?"
 - Enseñe a su hijo maneras nuevas de reaccionar ante los sentimientos discutiendo situaciones comunes que el niño puede recordar, o que ocurren a menudo. Por ejemplo: "Ayer te enojaste ya que Joey no quiso dejarte jugar con su camión. Estuviste tan enojado que le pegaste. Cuando te sientes enojado porque Joey no te deja tomar un turno, ¿qué debes hacer?"
 - Se puede usar libros para niños al hablar sobre los sentimientos. Por ejemplo, pregunte a su hijo al leer un libro: "¿Cómo se siente (el personaje del libro) ahora? ¿Cómo lo sabes? ¿Te has sentido así alguna vez? ¿Qué haces cuando te sientes así?"
 - Hable con palabras sencillas, use dibujos o ayudas visuales para hacer que todo esté claro para su hijo, y siempre relacione su lección con algo que pasa en la vida de su hijo.
 - Enseñe a su hijo estrategias nuevas para usar cuando tiene sentimientos que pueden expresarse de maneras inapropiadas (por ej., enojo, frustración, tristeza). Se pueden compartir con su hijo estrategias como respirar hondo cuando se siente frustrado o enojado, pedir la ayuda de un adulto para resolver un conflicto, pedir un turno cuando otros no quieren compartir algo, pedir un abrazo cuando se siente triste, o hallar un lugar apartado para tranquilizarse cuando se siente estresado.



3. Encomie a su hijo la primera vez que intenta hablar sobre sus sentimientos, en vez de simplemente reaccionar. Es **MUY** importante explicar a su hijo precisamente qué ha hecho bien y lo orgulloso que se siente usted ya que ha hablado sobre los sentimientos. Siempre debe estar bien que expresemos lo que sentimos; es la manera en que decidimos expresarnos y reaccionar ante nuestros sentimientos lo que requiere un esfuerzo especial.

4. Siempre que pueda, apoye a su hijo cuando hable sobre los sentimientos y practique las estrategias nuevas para expresarlos apropiadamente. Por ejemplo, se pueden hablar sobre los sentimientos al jugar un juego, viajar en coche o cenar. Cada día pasarán muchas cosas que le darán buenas oportunidades de hablar sobre los sentimientos. Cuanto más a menudo su hijo practique, más rápido aprenderá.

AVISO: No intente practicar las estrategias cuando su hijo está experimentando un berrinche. Aproveche los momentos tranquilos para enseñar y practicar las estrategias nuevas. Por ejemplo, si su hija tiene un berrinche ya que no quiere esperar hasta después de la cena para comer una galleta, no tendrá ánimos para practicar el expresar su frustración con palabras en vez de tener un berrinche. En tales situaciones, usted tendrá que tratar sus sentimientos –por ejemplo, diciéndole: “*Sé que quieres mucho comerte una galleta ahora, pero eso no es posible, ya que vamos a cenar en 5 minutos. Puedes comer una galleta después de la cena*”. Sin embargo, usted sí puede hablar con su hija sobre el incidente después de que está tranquila y discutir la mejor manera de expresar esos



sentimientos. “*Cuando te sientes frustrada ya que no puedes tener lo que quieres, puedes contármelo, pero no te dejo pegarme ni gritarme. Hace un rato, querías una galleta antes de la cena y me pegaste. La próxima vez que te sientas frustrada, puedes contármelo y luego, respirar hondo y ponerte tranquila si te sientes enojada.*”

La práctica hace al maestro

He aquí algunas actividades que usted puede hacer con su hijo o hija para ayudarla a comprender los sentimientos.

Juegue a **hacer muecas** con su hijo. Usted inicia el juego diciendo: “*Voy a hacer una mueca, adivina lo que siento al mirarme a la cara*”. Luego haga una mueca con una expresión alegre o triste. Cuando su hijo adivina la palabra del sentimiento, contéstele: “*¡Correcto! ¿Sabes qué me hace sentir así?*” Luego describa algo sencillo que lo hace sentirse así. Por ejemplo: “*Me siento alegre cuando vamos al parque.*” “*Me siento triste cuando llueve y no podemos ir al parque.*” Tenga en cuenta que este no es un buen momento para discutir circunstancias de la vida de los adultos que afectan sus sentimientos (como por ejemplo, “*Cuando tu papi no me llama, me siento triste*”). Luego diga a su hijo: “*Ya es tu turno, haz una mueca y adivinaré lo que sientes*”. No será nada extraño si su hijo escoge el mismo sentimiento que usted acaba de expresar; se necesita tiempo para que

su hijo use la creatividad en este juego. Una vez que usted haya adivinado, pida que su hijo describa lo que lo hace sentirse así. Sigán turnándose hasta que su hijo le expresa que ya no le interesa continuar el juego.

Comparta un cuento de una manera nueva. Lea a su hijo un libro que retrata a personajes que viven varios sentimientos, como por ejemplo, tristeza, alegría, susto, preocupación, confusión, etc. Haga una pausa al leer una página donde el personaje expresa ese sentimiento. Pregunte a su hijo: “*¿Cómo piensas que se siente?*” “*¿Por qué se siente así?*”, o: “*Mira su cara, ¿cómo sabes que se siente ____?*” Otras preguntas podrían ser: “*¿Te has sentido ____ alguna vez? ¿Qué te hizo sentir así?*”, “*¿Qué pasará luego?*” o: “*¿Qué debería hacer?*” No se detenga en una misma página durante demasiado tiempo y siga la discusión solo si su hijo muestra que el tema le interesa.

Haga un **libro de sentimientos** con su hijo. Hacer un libro casero con un niño es un proyecto fácil. Solo se necesitan papel, crayones o rotuladores, y una grapadora. Se puede hacer un libro acerca de un sentimiento y pedir que su hijo o hija llene las páginas con dibujos de cosas que la hacen sentirse así. Por ejemplo, un «Libro de felicidad» puede contener dibujos hechos por usted y su hija sobre cosas que la hacen feliz, fotos recortadas de revistas que se pegan con engrudo a las páginas, o fotografías de amistades y familiares. Otro método es hacer un libro sobre algunas palabras de sentimientos, con páginas dedicadas a cada uno de los varios sentimientos (felicidad, enojo, sorpresa, susto, fastidio, orgullo etc.). Si un niño tiene mucho que decir sobre sus sentimientos, usted puede pedir que le diga una frase sobre las cosas que le producen cierto



sentimiento para que usted apunte la frase en la página. Luego su hijo puede recortar un dibujo para pegarlo con engrudo en el libro o hacer un dibujo sobre el sentimiento. Una advertencia: Es más probable que esta actividad sea divertida para su hijo si los dos la hacen juntos, ya que se le puede hacer difícil a un niño hacerla a solas.

Juegue con su hijo a “*Espejo, espejo... ¿qué veo en ti?*” Se puede usar un espejo de mano o uno que se encuentre fijado a la pared. Mire al espejo y diga: “*Espejo, espejo... ¿qué veo en ti?*” Haga una mueca para representar cierto sentimiento. Luego diga el nombre del sentimiento diciendo: “*Veo a Mami triste que me mira a mí*”. Vuelva hacia su hijo y dígame que ya es su turno. Ayúdelo a recordar la frase: “*Espejo, espejo... ¿qué veo en ti?*” Tal vez usted tenga que decirlo junto con su hijo. Luego diga que su hijo haga una mueca y ayúdelo a decir la siguiente frase: “*Veo a Patricio alegre que me mira a mí*”. No se extrañe de que su hijo quiera usar siempre el mismo sentimiento que usted acaba de expresar. Juegue al juego hasta que ya no le interese a su hijo.

Enseñe las palabras de sentimientos

Solemos pensar solo en enseñar los sentimientos comunes, como alegría, tristeza, enojo, etc. Pero hay muchas más palabras de sentimientos que los niños deberían aprender a expresar, como las siguientes:

Valiente	Alegre
Alegre	Aburrido
Confuso	Sorprendido
Curioso	Orgulloso
Desilusionado	Frustrado
Abochornado	Tontillo
Emocionado	Incómodo
Fantástico	Preocupado
Amistoso	Terco
Generoso	Tímido
Desairado	Satisfecho
Impaciente	Seguro
Importante	Aliviado
Fascinado	Pacífico
Envidioso	Abrumado
Solitario	Cariñoso
Confuso	Tenso
Enojado	Tranquilo



La expresión de los sentimientos

A veces los niños expresan los sentimientos de maneras problemáticas. Su hijo puede llorar cuando se siente frustrado o tirar sus juguetes cuando está enojado. He aquí algunas maneras diferentes de enseñar a su hijo a manejar los sentimientos:

- Pedir ayuda
- Usar palabras para resolver problemas
- Decirlo pero no hacerlo (decir “*Estoy enojado*” en vez de tirar los juguetes)
- Contarlo a un adulto
- Respirar hondo
- Describir lo que siente
- Pensar en otra manera de hacerlo
- Relajarse e intentarlo otra vez
- Ir a otro lugar
- Pedir un abrazo

En resumidas cuentas

La comprensión de los sentimientos es crítica para el desarrollo general de los niños. Nos toca a los adultos enseñar a niños maneras apropiadas de comprender y manejar sus sentimientos. Los niños experimentan por primera vez muchísimas cosas nuevas y emocionantes. ¡Esto puede ser abrumador! Es necesario que siempre validemos los sentimientos de nuestros niños y que no los castigemos por expresar cómo se sienten. Puede ser buena idea que usted recuerde a su hijo que: “*Está bien contarme cómo te sientes, pero no está bien lastimar a otras personas ni cosas cuando te sientes (mencione un sentimiento)*”. Enséñeles cosas sobre los sentimientos, permita que practiquen durante mucho tiempo sus estrategias nuevas, y recuerde siempre darles mucho aliento positivo cuando usan la nueva estrategia en vez de reaccionar como lo habían hecho antes.



El Centro sobre los Fundamentos Sociales y Emocionales del Aprendizaje Temprano



Child Care



Office of