

Spring 2015

Head Start Newsletter



Children's
FRIEND



Robyn Giragosian, Head Start
Policy Council Chairman

Get Involved in Parent Leadership at Your Center

Parent Committee meetings take place on the second Friday of each month. Attending is a great way to learn more about what's going on in your center.

Policy Council members are elected from the Parent Committee. If you're interested in being more involved, this could be your opportunity to make decisions regarding the operations of the program. The Policy Council typically meets the fourth Friday of every month. Ask a member of your child's Head Start team for more information.



Head Start is Fifty

From August 2014 through June 2015, the Head Start community - and the nation - celebrate our shared commitment to giving America's most vulnerable children a window of opportunity unlike any other.

*"Education is the most powerful weapon you can use to change the world."
- Nelson Mandela*



Most people associate the flu with winter, but catching the flu in the spring is very common. Here are some helpful suggestions and information to help you and your family fight the flu.

What is the flu?

Influenza (the flu) is an infection of the nose, throat, and lungs caused by the influenza virus. There are many different influenza viruses that are constantly changing. The flu can be very dangerous for children under five years of age. Each year more than 20,000 children are hospitalized from flu complications like pneumonia.

How does the flu spread?

Most experts believe that flu viruses spread mainly by droplets made when people with the flu cough, sneeze, or talk.

What are the symptoms of the flu?

Symptoms of the flu can include fever, cough, sore throat, runny or stuffy nose, body aches, headaches, chills, fatigue, and sometimes vomiting and diarrhea. Some people with the flu do not develop a fever.

How long can a sick person spread the flu to others?

Children and people with weakened immune systems can spread the virus for longer than 5 to 7 days, especially if they still have symptoms.

Protect your Child

- Vaccination is recommended for everyone 6 month and older.
- Cover coughs and sneezes with tissue and wash your hands after helping a child.
- Stay away from sick people.
- Wash hands frequently with soap and water. If soap and water are not available, use alcohol-based hand sanitizer.
- Avoid touching your eyes, nose, and mouth. Germs spread this way.
- Notify your child's school if he or she has been diagnosed with the flu.
- Keep your child home from daily activities until all symptoms are gone.

Talk to your child's doctor immediately if you are concerned about your child's illness.



[facebook.com/ChildrensFriendRI](https://www.facebook.com/ChildrensFriendRI)





Do You Know About In-Kind Services?

The Head Start Act requires all Head Start and Early Head Start programs to gather in-kind contributions. In-kind contributions are a donation of your **TIME**.

One example of an in-kind contribution is when you spend time with your child doing fun activities that help prepare them for school. To help us keep track of your in-kind donations, your family worker has developed a form to record the activities you do with your child each month. Speak to your family worker for more information.

Family Workers and Teachers have lots of fun ideas for activities that you can do at home to better prepare your child for school. Classrooms have activity backpacks that include a child's book and a game or activity. You can sign out these activity backpacks to use at home with your child. Ask your child's teacher for more information.

Save the Date!

**2nd Annual Rhode Island Head Start Association Conference
Monday, May 4, 2015**

"Ready... Set... Kindergarten!"

Guest Speaker Jeanine Fitzgerald draws on more than 35 years of professional experience to empower teachers and parents to achieve more with children. With experience as a certified teacher, mental health professional and mother of three grown children, she understands the promise of every child, as well as the diversity of their needs.



Providence Talks is an exciting program designed to help your child start kindergarten ready to learn. The program supports parents by giving them information about how to develop their child's language skills at home.

By participating in Providence Talks, parents give children a healthy start and prepare them to be successful in school for a brighter future.

When you participate in Providence Talks, you will meet with your Early Head Start Family Worker two times per month.

Together with your worker, you will:

- Learn about increasing language in your home
- Teach your child that reading can be fun and enjoyable
- Learn new ways to enjoy family time
- Learn about child development
- See your child's progress and set goals for your family
- Receive free books
- Receive "Talking Point" Coupons to be used toward getting needed items for your family

If you live in Providence, have a child under age three, and are interested in learning more about Providence Talks, please contact Courtney Soules at 401.721.6450 or csoules@cfsri.org for more information.

SPOTLIGHT on Parent Involvement in our Program

Robyn Giragosian, Head Start Policy Council Chairman, and Gabriela Estrada, Head Start Policy Council Member, attended the National Head Start conference held in New Orleans in December. Parents from all parts of the country joined together to celebrate the 50th Anniversary of Head Start. The conference focused on the collaborative efforts of parents and staff to promote school readiness.

Robyn Giragosian, Head Start Policy Council Chairman; Sokpha Chea, Head Start Policy Council Member; and Omar Quintana, Head Start Policy Council Member; attended the Regional Head Start Conference held in Nashua, New Hampshire in December. The conference focused on parent advocacy and leadership.



From left to right: Omar Quintana, Robyn Giragosian, Sokpha Chea, and Claudia Villa, Children's Friend Parent Involvement and Community Partnership Manager.

THE IMPORTANCE OF PARENTAL INVOLVEMENT

Parental involvement should begin even before a child enters preschool. Parents need to help prepare children to be ready for school so they feel at ease in their new environment. As parents, take time to speak with your kids about preschool and visit their classrooms.

Studies have shown that parents who are actively involved in the education of their children build strong foundations for their child's educational future. Children can adjust better in school when parents are involved, allowing them to have a more positive attitude towards education.

Your involvement will not only help them but yourself as well. Being involved in their education will help you cope with your own separation anxiety. By being involved, you can easily keep track of school activities and events and feel reassured that everything is as it should be. Also, you will be giving them the message that education is very important.

Another reason why parental involvement in preschool is important is that any challenges your children face will be noticed quickly. By being involved in their daily education, you can better see your child's strengths and areas of difficulty. This will help you find ways to work with the child's school to support them effectively if there are any concerns. - *From enlightenme.com*





7 SUPER THINGS PARENTS AND CAREGIVERS CAN DO

- Talk often with your child from the day they are born.
- Hug them, hold them, and respond to their needs and interests.
- Listen carefully as your children communicate with you.
- Read aloud to your children every day, even when they are babies.
- Say “yes” and “I love you” as much as you say “no” and “don’t”.
- Ensure a safe, orderly, and predictable environment, wherever they are.
- Set limits on their behavior and discipline them calmly, not harshly.

From “7 Super Things Parents and Caregivers Can Do.” Teaching Our Youngest. Early Childhood Head Start Task Force, ED/HHS 2002.





De "7 Super cosas que padres y proveedores de cuidado pueden hacer," Enseñando a nuestros mds jóvenes. Equipo de trabajo de Early Childhood Head Start, ED/HHS 2002.

- Hable frecuentemente con su hijo/a desde el día en que nacen.
- Abrazelos, cárguelos y responda a sus necesidades e intereses.
- Escuche cuidadosamente cuando su hijo/a se comunique con usted.
- Léale en voz alta todos los días, aun cuando son bebés.
- Diga "sí" y "te amo" tanto como usted dice "no" y "no hagas".
- Mantenga un ambiente seguro, organizado y predecible donde quiera que estén.
- Establezca límites en su comportamiento y disciplínelos calmadamente, no de forma dura.

7 SUPER COSAS QUE PADRES Y CUIDADORES PUEDEN HACER



INVOLUCRAMIENTO FAMILIAR

LA IMPORTANCIA DEL

El involucramiento familiar debe empezar aun antes de que un niño/a entre al pre-escolar. Los padres deben ayudar a preparar a los niños a estar listos para la escuela para que se sientan a gusto en su nuevo entorno. Como padres, tome tiempo para hablar con sus hijos/as sobre el pre-escolar y visite sus aulas.

Estudios han demostrado que los padres que están involucrados activamente en la educación de sus hijos/as, construyen una base fuerte para el futuro educativo de sus hijos/as. Los niños se pueden ajustar mejor en la escuela cuando los padres están involucrados, permitiéndoles que tengan una actitud más positiva hacia la educación.

El estar involucrado no solamente le ayudará a los niños, sino que a usted también. Estar implicado en la educación de ellos le permitirá lidiar con su propia ansiedad por la separación. De esa forma, usted puede fácilmente mantener un seguimiento de las actividades y eventos de la escuela, y sentirse seguros de que todo es como debe ser. Además, usted también les estará dando el mensaje de que la educación es importante.

Otra razón de porque el involucramiento familiar en el pre-escolar es importante es porque cualquier reto o dificultad al que su hijo/a se enfrenta será notado rápidamente. Al participar en su educación diaria, usted puede ver mejor las fortalezas y áreas de dificultad de su hijo/a. Eso le ayudará a encontrar formas para trabajar con la escuela de su hijo/a para apoyarlos efectivamente si hay alguna preocupación – enlightenme.com





Providence Talks (Providence Habla) es un programa interesante diseñado para ayudar a sus niños a empezar el kindergarten listos para aprender. El programa apoya a padres y madres brindándoles información sobre cómo desarrollar las habilidades lingüísticas de sus hijos/as en el hogar.

Participando en Providence Talks, los padres dan a los niños un comienzo saludable y los preparan para ser exitosos en la escuela para lograr un futuro brillante.

Cuando usted participa en Providence Talks, usted se reunirá con su trabajadora social de Early Head Start dos veces al mes.

Junto con su trabajadora social usted:

- Aprende sobre cómo incrementar el uso del lenguaje en el hogar.
- Enseña a su hijo/a que leer puede ser agradable y divertido.
- Aprende nuevas formas de disfrutar tiempo en familia.
- Aprende sobre desarrollo infantil.
- Ve el progreso de su hijo/a y establece metas para su familia.
- Recibe libros gratis.
- Recibe cupones "Talking Point" para ser utilizados para obtener artículos necesarios para su familia.

Si usted vive en Providence, tiene un hijo/a menor de 3 años y está interesado en aprender más sobre Providence Talks, por favor comuníquese con Courtney Soules al 401.721.6450 o csoules@ctfrr.org para más información.

EL FOCO del Involucramiento Familiar en Nuestro Programa

Robyn Giragosian, presidenta del Consejo de Políticas de Head Start, y Gabriela Estrada, miembro del Consejo de Políticas, asistieron a la Conferencia Nacional de Head Start, celebrada en Nueva Orleans en diciembre. Padres de todas partes del país se unieron para celebrar el 50 Aniversario de Head Start. La conferencia se enfocó en los esfuerzos colaborativos de padres y personal, para promover la preparación para la escuela.

Robyn Giragosian, presidenta del Consejo de Políticas de Head Start; Sokkha Chea, miembro del Consejo de Políticas; y Omar Quintana, miembro del Consejo de Políticas, asistieron a la Conferencia Regional de Head Start llevada a cabo en Nashua, New Hampshire en diciembre. La conferencia se centró en defensa de los padres y el liderazgo.



De izquierda a derecha: Omar Quintana, Robyn Giragosian, Sokkha Chea, y Claudia Villa, gerente de los programas de Involucramiento Familiar y Asociación Comunitaria de Children's Friend

?Sabe usted de los Servicios Voluntarios (In-Kind)?

La ley de Head Start requiere que todos los programas de Head Start y Early Head Start reúnan contribuciones de Servicios Voluntarios. Estos servicios son donaciones de su

TIEMPO.

Un ejemplo de una contribución de servicio voluntario es cuando usted pasa tiempo con su niño/a haciendo actividades divertidas que los ayuda a prepararse para la escuela. Para ayudarnos a mantener registro de sus donaciones, su trabajador/a social ha desarrollado una forma para registrar las actividades que usted hace con su niño/a cada mes. Hable con su trabajador/a social para más información.

Trabajores sociales y maestros/as tienen muchas ideas divertidas para actividades que usted puede realizar en el hogar para preparar mejor a su hijo/a para la escuela. Las aulas tienen mochilas de actividades que incluyen libros de niños y actividades de juego. Usted puede firmar para llevarse estas mochilas a su hogar. Pregunte al maestro/a de su hijo/a para más información.

¡Separe La Fecha!

La 2da Conferencia de las Asociaciones de Head Start.
Lunes 4 de mayo del 2015

“¡En su marca... ¡istos... Kindergarten!”

La oradora invitada, Jeanine Fitzgerald cuenta con más de 35 años de experiencia profesional empoderando maestros y padres para lograr más cosas con los niños. Con experiencia como maestra certificada, profesional de salud mental y madre de niños crecidos, ella entiende la promesa de cada niño/a, al igual que la diversidad de sus necesidades.



Hable con el doctor de su niño/a inmediatamente si usted está preocupado por la enfermedad.

- Mantenga a su hijo/a en la casa alejado de las actividades diarias hasta que los síntomas hayan desaparecido.
- Notifique la escuela de su niño/a si él o ella ha sido diagnosticado con la influenza.
- Evite tocar sus ojos, nariz y boca. Los gérmenes se esparcen de esta manera.
- de alcohol.
- Lave sus manos frecuentemente con agua y jabón. Si no hay agua y jabón disponibles, use desinfectante a base
- Manténgase alejado de personas enfermas.
- Cubra la tos y el estornudo con un pañuelo y lave sus manos después de ayudar a un niño/a.
- Se recomienda vacunarse a todo el mundo de 6 meses de edad en adelante.

Proteja a su niño/a:

Niños y personas con un sistema inmunológico debilitado pueden propagar el virus por más de 5 a 7 días, especialmente si tienen síntomas.

?Por cuánto tiempo una persona enferma puede propagar la influenza a otras?

Los síntomas pueden incluir fiebre, tos, dolor de garganta, goteo nasal o nariz congestionada, dolor corporal, dolor de cabeza, escalofríos, fatiga y algunas veces vómito y diarrea. Algunas personas con el virus no desarrollan fiebre.

?Cuáles son los síntomas de la influenza?

La mayoría de los expertos creen que el virus de la influenza se propaga mayormente por gotitas que se forman cuando las personas contagiadas tocan, estornudan o hablan.

?Cómo se propaga la influenza?

Es la infección de la nariz, garganta y pulmones causados por el virus de la influenza. Hay muchas variedades del virus que están cambiando constantemente. La influenza puede ser muy peligrosa para niños menores de 5 años de edad. Cada año más de 20,000 niños son hospitalizados por complicaciones como neumonía.

?Qué es el la influenza?

La mayoría de las personas asocian la influenza (el flu) con el invierno, pero obtener ese virus en la primavera es muy común. Aquí están algunas sugerencias e información para ayudarlo a usted y a su familia a combatirlo.

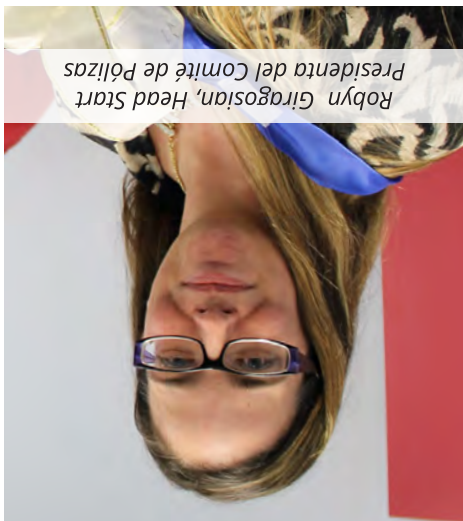




“La educación es el arma más poderosa que usted puede utilizar para cambiar el mundo” - Nelson Mandela

Desde agosto 2014 hasta junio 2015, la comunidad de Head Start - y la nación, celebra nuestro compromiso compartido de brindar a los niños más vulnerables de América una ventana de oportunidades como no hay otra.

El Head Start Tiene Cincuenta



*Robyn Giragosian, Head Start
Presidenta del Comité de Polizas*

Involúcrese En "Liderazgo De Padres" En Su Centro.

La reunión del Comité de Padres toma lugar los segundos viernes de cada mes. Asistir es una gran forma de aprender más de lo que está pasando en su centro.

Los miembros del Comité de Polizas son electos del Comité de Padres. Si usted está interesado en estar más involucrado, esta puede ser su oportunidad para tomar decisiones con relaciones a las operaciones del programa. El Comité de Polizas normalmente se reúne el cuarto viernes de cada mes. Pregunte a un miembro de su equipo de Head Start por más información.

