



Children's
FRIEND

June 2011

Head Start Newsletter



In This Issue:

- Head Start Parents As Leaders
- Parent Leadership & Engagement After Head Start
- Community Resources
- Preparing Your Child for Kindergarten
- Too Much Screen Time
- Summer Safety Tips



On Saturday March 26, 2011 Head Start Parents attended a meeting with Congressman David Cicilline to discuss ways to advocate for and create an awareness of the importance of Head Start. Our Head Start parents are concerned about the budget proposal to decrease funding for Head Start programs across the country. A banner was presented to Congressman Cicilline that represents the number of children that would be eliminated from our program if the budget cuts are approved. Congressman Cicilline congratulated our parents for their advocacy efforts and encouraged our parents to continue their great work. The banner was used by Congressman Cicilline during his remarks on the House floor.

Parent Leadership & Engagement After Head Start

Providence public schools are committed to increasing parent engagement throughout their district. They have a Family Resource center designed to strengthen communication with parents and to help them become more involved in their children's education. For more information contact:

Janet Pichardo
Director of Department of Family & Community Engagement
379 Washington Street
Providence, RI 02903
401-456-0686

Each Central Falls school holds monthly PTO meetings to support the educational process by promoting a closer relationship among administrators, students, parents and faculty. Another parent opportunity is to join the Parent Advisory Council. Parents and staff have a chance to express questions and/or concerns about the schools to the superintendent. For more information contact:

Denise DeBarrios
Coordinator of Family Schools & Community Partnerships
521 Dexter Street
Central Falls RI 02863
727-6177

Each Pawtucket school holds monthly PTO meetings to support the educational process by promoting a closer relationship among administrators, students, parents and faculty. For more information contact:

Pawtucket School Department
286 Main Street
Pawtucket, RI 02860
729-6300



Providence Skills Center
Learn to Earn
Providence Place Mall
31 Providence Place
Providence, RI 02903
Phone: (401) 437-8885

Contact: Meghan Nhar
Email: mnhar@comcap.org

This is a year round program for Rhode Islanders ages 16 to 21. The program provides a full range of services designed to provide the skills needed to compete in the job market. GED programs, job acquisition skills, trainings and job placement assistance are available. The three Skills Centers provide clean, bright and safe environments. The staff consists of retired Rhode Island teachers who work diligently to energize students, using textbook, computer and web curricula. Qualifying students receive bus fare, reimbursed mileage, and free parking at the Mall. This year, 200 students (based on income and other criteria) will qualify for up to \$1,000 in incentives for participation in the program.

The Skills Center focuses on:

- Case management and supportive social services
- Occupational skills training
- Work experience and career exploration
- Life skills and leadership development
- Adult mentoring
- Supportive social services
- Information, referral and follow-up
- Outreach and recruitment
- Intake, academic and vocational assessment
- Academic support

Pawtucket Youth Center
175 Main Street Pawtucket
RI 02860
Phone: 401 305-5919

Contact: Lizette Fuentes
Email: lfuentes@comcap.org

This youth center provides year round services for Rhode Islanders ages 14 to 24. The programs and services are available for those still in school and those who have completed high school and are looking to improve their job skills. They also work with those who have dropped out of school and would like to get their GED.

The Youth Center focuses on:

- Pre GED and GED
- Case management and supportive social services
- Occupational skills training
- Work experience and career exploration
- Job skills development
- Life skills and leadership development
- Summer youth employment
- Adult mentoring
- Supportive social services
- Information, referral and follow – up
- Outreach and recruitment
- Intake, academic and vocational assessment
- Academic support

Preparing Your Child for Kindergarten



Helpful Materials For Your Child To Have At Home:

- crayons
- paints
- pencils
- different kinds/colors of paper
- play dough
- blocks
- magnetic letters

Other Helpful Hints:

- Library card- Take your child to the library for story hour and to borrow books.
- Take the time to talk with your child so that they can both hear and practice using proper language.
- Limit TV time to shows that teach your child something, help them learn more words and introduce them to new ideas.
- Watch TV with your child so that you can discuss what is being watched.
- Teach your child his/her address.
- Lastly, as a parent, it is important that you establish a relationship with your child's teacher. It is helpful for your child to see that you and the teacher are a team working together to make sure that he/she will be successful.



Set A Routine:

- Have your child get up so that everyone will have enough time to get ready without having to rush.
- Plan to have dinner about the same time each evening followed by bath time, snack time and quiet time. Quiet time before bed helps your child relax and get to sleep easier.
- Read two stories to your child during quiet time every night.
- Have your child go to bed at the same time each night.

Reading With Your Child :

- Put your child in your lap or right next to you.
- Look at the pictures on the cover and throughout the book.
- Read the story and let your child help if he/she has heard the story before.
- Talk with your child about the story.
- Also, choose wordless books and have your child tell the story.

Letters And Sounds:

- Put magnetic letters on the refrigerator. Make your child's name and practice the letter names.
- Have your child use play dough, paint, crayons and markers to make letters.
- Choose books that have rhyming words.
- Teach your child how to write their name.

Too Much Summer Screen Time



The transition to summer often brings with it changes in routine and activities for you and your family. During the summer, children have more free time and it can be difficult to come

up with interesting and fun activities. Many children spend lots of time watching television, movies, and playing video games, time that is collectively referred to as "screen time." Too much screen time can have a negative impact on your child, for example:

- Children miss learning opportunities. They learn best from back and forth interaction with other people and from touching and moving things in their environment. Sitting passively in front of a screen is not the way to accomplish this.
- Children miss exercise. Young children need a great deal of physical activity. This means both big and small muscle groups, including activities like: crawling, chasing, climbing, building, drawing, and just helping out around the house.
- Screen time encourages a short attention span. The majority of TV and video programming holds our attention by quickly shifting from one thing to another. Children need practice growing their attention span, not cutting it short or chopping it into small pieces.
- Screen time increases children's aggression and decreases their creativity. Research shows that preschoolers who watch television behave and play more aggressively than those who do not. Further, their imaginary play is less creative.

When it comes to young children and screens the most important word is: moderation. Make screen time a regular, small part of the daily/weekly household routine. When choosing shows for your child to watch, choose quality children's programming. Look for programs that teach problem solving and diversity to broaden a child's world. Here are a few tips that can help you monitor and limit your child's "screen time":

- Keep the television off except for a few well-chosen programs for children or adults. Don't use it as background sound. Current viewing patterns in the

United States show that the TV is on almost 50 hours per week in the average household. Yikes!

- Don't put a television or computer in your child's bedroom. Children don't have the willpower to leave it off nor do they have the maturity to make good decisions about what or how much to watch. (Currently, 68% of American children have TV's in their rooms.)
- Don't use TV or videos as a reward. Instead, make viewing a small part of the daily or weekly routine. Children always want more of the things we use as rewards - regardless of what it is.

Adapted with permission from Parenting Press's weekly parenting tips, copyright © 2011, www.ParentingPress.com/weeklytips.html. For a free subscription to Parenting Press News for Parents, go to www.ParentingPress.com/signup.html.

Establishing good routines are beneficial to children over the summer, for a sense of stability, organization and comfort. There are many affordable local opportunities for you and your family to share together to keep your summer structured. Below is a list of places and activities to help promote healthy social/emotional development and keep your child's mind and body active:

- Children's Museum is free 1st Sunday of every month
- Free arts and crafts time at Michael's stores
- Participate in the local library's free summer reading program-registration begins in June
- www.riparks.com
- www.wingsforkids.org
- Free printable arts and crafts activities:
- www.kidssoup.com
- <http://pbskids.org>
- www.nickjr.com

Providence Public Library

Cradle to Crayons (play and socialization) - Tuesdays, Session 1 OR 2 (ages 1-3)
Session 1: 9:45 - 10:45 am; Session 2: 10:45 - 11:45 am
Preschoolers in Pajamas (reading and songs) - Thursdays, 6:45 - 7:15 pm (ages 4-5)
Family Learning Sundays at 2:00pm (ages 5-8)
<http://www.provlib.org>

Pawtucket Public Library

Toddler-Preschool Story Class - Thursdays at 10:00am (ages 2-5)
Lego Club - Fridays, 2:30-4pm (ages 7-12)
<http://www.pawtucketlibrary.org>

Central Falls Public Library

<http://www.cflibrary.org>

Rhode Island Family Guide offers additional information on summer activities throughout the state at <http://www.rifamilyguide.com>

Summer Safety Tips



1. Heat Safety – Because children are smaller they can dehydrate quicker. After playing outside for 30 minutes, bring them inside for a cool drink and snacks (like water, fresh fruit or pop-sicles).
2. Sun Safety –Always apply at least 15 SPF sunscreen 30 minutes before going outside and again every 2 hours or after swimming. Cover the skin with light colored, loose fitting clothes, wide brimmed hats, and sun glasses. Try to limit sun exposure between 10:00am and 4:00pm
3. Water Safety – Never leave children unsupervised around water even if they know how to swim. For younger children, be sure they are no longer than an arm's length away and don't rely on "arm floaters." No one should ever swim alone or play rough around a pool. Be sure the pool has a child-proof fence and gate. It's a good idea for parents to know CPR, 1st aid and have a phone close by in case of emergencies.
4. Firework Safety – Keep all fireworks away from children and explain the risks to them. If older children use sparklers, provide supervision and keep a bucket of water nearby. Sparklers can reach temperatures of 1,000 degrees!
5. Outdoor Grill Safety – Before using the grill, check the hoses and connections for holes,

cracks, or leaks. Set it up away from walkways. A hot or cold grill looks the same to a child, so teach them to stay away from the grill at all times. NEVER bring the grill indoors!

6. Bug Safety – Keep trash cans and sugary food away from outside play and eating areas to prevent insects' stings. Use appropriate insect repellents to prevent diseases such as Lyme disease transmitted by ticks and West Nile Virus from mosquitoes.
7. Car Safety – NEVER leave your child unattended in a hot car, even for a few minutes. Teach children not to play in your car. Keep car doors locked and make it a habit to look in the backseat to double check that a child is not left behind.

Have a safe and fun summer!

¡Que tengan un verano seguro y divertido!

1. Consejos de cómo combatir el Calor - Como los niños son más pequeños se pueden deshidratar más rápido. Después de jugar al aire libre durante 30 minutos, éntrelos a un lugar fresco para tomarse una bebida fresca y bocadillos (como agua, frutas o helados de agua).
2. Protección solar: siempre aplíquelos protector solar SPF 15 por lo menos 30 minutos antes de salir y de nuevo cada 2 horas o después de nadar. Vístalos con ropa ligera de colores claros, suelta, sombreros de ala ancha y gafas de sol. Trate de limitar la exposición al sol entre las 10am - 4PM.
3. Seguridad en el Agua - Nunca deje a los niños sin supervisión cerca del agua, incluso si saben nadar. Para los niños más pequeños, asegúrese de que estén a un brazo de distancia y no dependa de los "flotadores"; No deberían nadar solos o jugar bruscamente alrededor de una piscina. Asegúrese de que la piscina tiene una cerca y puertas a prueba de niños. Es una buena idea para los padres saber CPR, primeros auxilios y tener un teléfono cerca en caso de emergencias.
4. Fuegos artificiales - Mantenga todos los fuegos artificiales lejos de los niños y explíquele los riesgos. Si los niños usan bengalas, supervíselos y tenga un cubo de agua cerca. ¡Las luces de bengala pueden alcanzar temperaturas de 1,000 grados!
5. Parrilla de barbacoa al aire libre - Antes de usar la parrilla, verifique que las mangueras y conexiones no tengan hoyos, grietas o fugas. Colóquelo lejos de los corredores. Una parrilla caliente o fría se ve igual a un niño, por lo cual enseñeles a mantenerse alejados de la parrilla en todo momento. NUNCA ponga la parrilla adentro de la casa.
6. Seguridad con Insectos – Mantenga la basura y comidas azucaradas lejos de las áreas de juegos y de comer para prevenir picadas de insectos. Use repelentes de insectos apropiados para prevenir enfermedades como la enfermedad de Lyme que es transmitida por garrapatas y West Nile Virus de mosquitos.
7. Seguridad en los carros – NUNCA deje su niño/a sin atender en un carro caliente, níp or algunos minutos. Enseñele a sus niños a no jugar en el carro. Mantenga las puertas del carro aseguradas y toma el hábito de mirar el asiento trasero para confirmar que no se ha quedado ningún niño.



Consejos de seguridad para el Verano

La transición del verano a menudo trae consigo cambios en la rutina y las actividades para usted y su familia. Durante el verano, los niños tienen más tiempo libre y puede ser difícil hacer con ellos actividades y divertidas. Muchos niños pasan mucho tiempo viendo la televisión, películas y juegos de video, el tiempo que se conoce colectivamente como "demasiado tiempo de TV". Esto puede tener un impacto negativo en su hijo, por ejemplo:

- Los niños se pierden de oportunidades de aprendizaje. Ellos aprenden mejor cuando tienen interacción con otras personas, tocan y mueven las cosas en su ambiente. Sentados pasivamente frente a una pantalla no es la manera de lograr esto.
- Los niños extrañan hacer ejercicio. Los niños pequeños necesitan una gran cantidad de actividad física. Esto significa que los músculos grandes y pequeños, necesitan actividades como: gatear, correr, escalar, construir, dibujar, y ayudar en las tareas de la casa.
- El tiempo que pasan viendo televisión estimula a un lapso de atención corto. La mayoría de los programas de televisión y videos mantienen nuestra atención cambiando rápidamente de una cosa a otra. Los niños necesitan practicar cada vez más su capacidad de atención, no cortarlo corto o en pedazos pequeños.
- La televisión aumenta la agresión en los niños y disminuye su creatividad. Las investigaciones muestran que los prescolares que ven televisión se comportan y juegan de forma más agresiva que los que no ven televisión. Añadiendo a esto, su juego imaginario es menos creativo.



- No use la televisión o video de juegos como una recompensa. En su lugar, haga que esto sea una pequeña parte de la rutina diaria o semanal. Los niños siempre quieren más de las cosas que usamos como recompensas- independientemente de lo que sea.
- dejarla apagada ni tienen la madurez necesaria para tomar buenas decisiones sobre qué o cuánto ver. (En la actualidad, el 68% de los niños estadounidenses tienen televisión en sus habitaciones.)

- El Museo de los Niños es gratis el primer domingo de cada mes
- Artes y tiempo libre en las tiendas de artesanía de Michaels
- Participe en su biblioteca local de programa de lectura gratuita cada verano. Las inscripciones comienzan en junio
- www.riparks.com
- www.wingsforkids.org
- Para imprimir actividades artísticas y artesanales gratis vaya a: <http://pbskids.org>
- www.nickjr.com

- **La Biblioteca Pública de Providence**
Cuna de crayones (juego y socialización) - martes, Sesión 1 0 2 (niños de 1-3 años)
Sesión 1: 9:45 - 10:45 am, Sesión 2: 10:45 - 11:45 am
Niños en edad preescolar en Pijamas (lectura y canciones) - Jueves, 6:45- 7:15 pm (edades 4-5)
Aprendizaje Familiar domingos a las 2:00 pm (edades 5-8) <http://www.provlb.org>
- **La Biblioteca Pública de Pawtucket**
Preescolar para niños pequeños-Historia de clase - Jueves a las 10:00 am (edades 2-5)
Lego Club - Viernes, 2:30-4pm (edades 7-12) <http://www.pawtucketlibraray.org>
- **La Biblioteca Pública de Central Falls**
<http://www.cflibraray.org>

- Mantenga el televisor apagado a excepción de unos buenos programas bien seleccionados para los niños o adultos. No lo utilice como sonido de fondo. Los patrones actuales de visión en los Estados Unidos muestran que la televisión está encendida casi 50 horas por semana en la casa. Huya!
- No ponga un televisor o computadora en la habitación de su hijo. Los niños no tienen la fuerza de voluntad para



Prepare Una Rutina:

- Haga que su niño/a se levante para que todos tengan suficiente tiempo sin tener que estar corriendo.
- Planee cenar cerca de la misma hora todas las noches seguidas de un baño, una merienda, y un momento de reposo. Un momento de reposo antes de dormir ayudará a su niño a relajarse y dormirse más fácil.
- Léale a su niño/a dos historias durante la hora de reposo cada noche.
- Haga que su niño vaya a la cama a la misma hora todas las noches.

Lea Con Su Niño/a:

- Ponga a su niño/a sobre sus piernas o a su lado.
- Mire a las caricaturas en la cobertura y a través de todo el libro.
- Lea la historia y deje que su niños/a le ayude si el/ella ya ha escuchado esa historia antes.
- Hable con su niño/a sobre la historia. También, elija libros sin palabras y deje que su niño/a le cuente la historia.
- Ponga letras magnéticas en el refrigerador. Haga el nombre de su niño/a y practique las letras con su nombre.
- Haga que su hijo/a use plastilina, pintura, crayones, y marcadores para hacer letras.

- Elija libros que tengan palabras que rimen
 - Enseñe a su hijo/a como escribir su nombre.
- Materiales de Ayuda Para que Su Hijo/a Tenga en Casa:**
- Creyones
 - Pinturas
 - Lápices
 - Diferentes tipos de papel de colores
 - Plastilina
 - Bloques
 - Letras Magnéticas

- Tarjetas de librería – lleve a su hijo/a a la librería para tomarse un tiempo para leer y pedir libros prestados.
- Tómese el tiempo para hablar con su hijo/a para que pueda escuchar y practicar usando el lenguaje apropiado.
- Limite el tiempo de televisión a programas que le enseñen algo a su hijo/a, que le ayuden aprender mas palabras y lo introduzcan a nuevas ideas.
- Ve a televisión con su hijo/a para que puedan discutir lo que están viendo.
- Enseñe a su hijo/a la dirección de su casa. Por último, como padre, es importante que usted establezca una relación con la maestra de su hijo/a. Es de gran ayuda que su hijo/a vea que usted y la maestra están trabajando en conjunto para que el/ella sea exitoso/a.





El sábado 26 de marzo del 2011, los padres de Head Start asistieron a una reunión con el Congresista David Cicilline para discutir las maneras de abogar y crear conciencia de la importancia de Head Start. Nuestros padres en Head Start están preocupados acerca de la propuesta que reducirá los fondos del programa de Head Start en todo el país. Un banderín le fue presentado al Congresista Cicilline que representa el número de niños que serían eliminados de nuestro programa si los cortes son aprobados. El Congresista Cicilline felicitó a nuestros padres por sus esfuerzos de abogacía y animó a nuestros padres a que continúen con su gran labor. El banderín fue usado por el Congresista Cicilline durante su discurso en la cámara del Estado.

Liderazgo de los Padres, y el Compromiso de Head Start

Las escuelas públicas de Providence están comprometidas a incrementar el compromiso de los padres a través de su distrito. Ellos tienen un centro de Recursos Familiar designado a fortalecer la comunicación con los padres y ayudarlos a involucrarse más con la educación en sus hijos. Para más información comuníquese con:

Janet Richarado
 Directora del Departamento de Familia y Compromiso con la Comunidad
 379 Washington Street
 Providence, RI 02903
 401-456-0686

Cada escuela de Central Falls lleva a cabo reuniones de PTO mensualmente para apoyar el proceso educativo al promover una relación más cercana entre los administradores, estudiantes, padres, y los miembros de la facultad. Otra oportunidad para los padres es de pertenecer al Consejo de Asesoramiento de Padres. Los padres y el personal tienen la oportunidad de expresar sus dudas y/o preocupaciones acerca de la escuela con la superintendente. Para más información comuníquese con:

Dense DeBarrios
 Coordinadora de Escuelas de Familias y Comunidades Asociadas
 521 Dexter Street
 Central Falls, RI 02863
 401-727-6177

El Departamento de Escuelas de Pawtucket
 286 Main Street
 Pawtucket, RI 02860
 401-729-6300



Providence Skills Center
 Learn to Earn
 Providence Place Mall
 31 Providence Place
 Providence, RI 02903
 Teléfono: (401) 437-8885

Contacte: Meghan Nhar
 Correo electrónico: mnhar@comcap.org

Este es un programa durante todo el año para los residentes de Rhode Island entre las edades de 16 a 21 años. El programa ofrece una serie de servicios diseñados para proporcionar las habilidades necesarias para competir en el mercado de trabajo. Programas de GED, la adquisición de habilidades de trabajo, cursos de formación y asistencia para buscar empleo están disponibles. Los tres centros proporcionan ambientes limpios y seguros. El personal se compone de profesores jubilados de Rhode Island que trabajan con diligencia para energizar los estudiantes, utilizando libros, computadoras y programas de estudio web. Los estudiantes que califican reciben pasajes para el autobús, reembolso de millas, y estacionamiento gratuito en el centro comercial. Este año, 200 estudiantes (según sus ingresos y otros criterios) tendrán derecho a hasta \$ 1,000 en incentivos para participar en el programa.

El Centro de Capacitación se centra en:

Manejo de casos y servicios de apoyo social
 Formación profesional ocupacional
 Experiencia de trabajo y exploración de carreras
 Habilidades para la vida y desarrollo de liderazgo
 Mentores para Adultos
 Apoyo de Servicios Sociales
 Información, referido y seguimiento
 Alcance y reclutamiento
 Evaluaciones académicas y vocacionales
 Apoyo Académico

Pawtucket Youth Center
 175 Main Street Pawtucket
 RI 02860
 Teléfono 401-305-5919

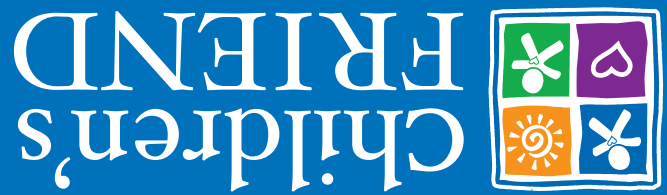
Contacto: Lizette Fuentes
 Correo electrónico: fuentes@comcap.org

Este centro para los jóvenes provee servicios durante todo el año a jóvenes de 14 a 24 años de edad en Rhode Island. Los programas y servicios están disponibles para los que están todavía en la escuela y los que ya han completado la escuela superior y están buscando mejorar sus habilidades de trabajo. También trabajan con aquellos que se han salido de la escuela y quieren tener su GED.

El Youth Center se enfoca en:

Pre-GED y GED
 Manejo de casos y apoyo de servicios sociales
 Entrenamiento de habilidades ocupacionales
 Experiencia de trabajo y exploración de Carreras
 Desarrollo de habilidades de trabajo
 Habilidades para la vida y desarrollo de liderazgo
 Empleos de verano para jóvenes
 Mentores para Adultos
 Apoyo de Servicios Sociales
 Información, referido y seguimiento
 Alcance y reclutamiento
 Evaluaciones académicas y vocacionales
 Apoyo Académico

Boletín de Head Start



Junio 2011



En esta edición:

- Padres Como Líderes de Head Start
- Liderazgo de los Padres, y el Compro-
miso de Head Start
- Recursos Comunitarios
- Preparando a Su Niño/a Para el Jardín
de Infancia
- Demasiado tiempo de TV durante el
Verano
- Consejos de seguridad para el Verano