

SEPTEMBER 2022 NEWSLETTER

Welcome to the Pennsylvania Pre-K Counts classroom in the Upper Adams School District! Upper Adams and Adams County Head Start have partnered in this grant opportunity to provide high-quality early childhood education to more children in the community. We are honored and excited that you have chosen our program to help prepare your preschool child for Kindergarten. This is the first of our bi-monthly newsletters for the school year. In it you will find a letter from your child's teachers letting you know what is happening in the classroom, as well as tips and information from the various departments. You will also find the monthly menu of meals served in the classroom. We hope that you will take the time to look through this newsletter each month and ask questions as you have them! We are looking forward to a great school year!

Important Dates

September 5th – No School

September 15th – Family Fun Night
from 5-7pm at Gettysburg Rec Park

**Like and Follow us on Facebook
and Twitter: Adams County Head
Start Pennsylvania**



End of Summer Activities

- Play outdoors or visit the park
- Visit a lake or pool for a swim
- Go hiking
- Enjoy the fresh fruit available in Adams County
- Plan a family game/activity night
- Make an after school snack together
- Read a back to school book



Reminders

***It is very important that the classroom teachers and the main office have the most up to date contact information for each family.** If your telephone number or address changes at any time during the program year, please make sure we have the new information. We need to be able to reach you in case of emergency.

***Pre-K Counts staff will not release any child to a person who is not listed on the emergency contact form.** If you need to add additional persons please let us know as soon as possible. **Our number one priority is the safety of each and every child.**

BOLETÍN DE SEPTIEMBRE 2022

¡Bienvenidos al salón de Pre-K Counts de Pennsylvania en el Distrito Escolar de Upper Adams! Upper Adams y el Adams County Head Start se han asociado en esta beca con la oportunidad de proveer servicios de educación de la primera infancia de alta calidad a más niños en la comunidad. Es un honor y emocionante que usted haya escogido nuestro programa para ayudar a preparar a su niño preescolar para el Kinder. Este es el primer boletín bimensual de éste ciclo escolar. Aquí encontrará una carta de las maestras de su niño con información sobre que está sucediendo en el salón, al igual que ideas e información de varios departamentos. También encontrará el menu mensual de las comidas servidas en el salón. Esperamos que tome tiempo para revisar el Boletín cada mes y si tiene preguntas háganosla saber. ¡Esperamos tener un gran ciclo escolar!

Fechas Importantes

5 de septiembre – No habrá clases

15 de Septiembre – Noche de Diversión Familiar de 5-7pm en el Rec Park de Gettysburg

Dele Me gusta y síganos en Facebook y Twitter: Adams County Head Start Pennsylvania



Actividades de Fin del Verano

- Juegue al aire libre o visite un parque
- Visite un lago o la alberca para nadar
- Vaya a caminar
- Disfrute de la fruta fresca del Condado de Adams
- Planee un juego familiar/actividad en la noche
- Hagan una merienda juntos después de la escuela
- Lea un libro de regreso a clases



Recordatorios

***Es muy importante que las maestras del salón y la oficina principal tengan la información más actualizada de los contactos de emergencia.** Si su número de teléfono o dirección cambian durante el ciclo escolar, por favor asegúrese que nosotros tengamos la nueva información. Necesitamos poder contactarlos en caso de emergencias.

***Pre-K Counts no dejarán ir al niño con ninguna persona que no esté en la lista de emergencia.** Si necesita añadir personas adicionales por favor avisenos lo más pronto posible. **Nuestra prioridad es la seguridad de cada uno de los niños.**

August/September Newsletter

Themes and Activities

We will spend several weeks getting used to the classroom routines, rules, and making new friends.

We will begin our year learning about our classroom and school environment. We will explore our classroom, rules, peers, and teachers.



Important Dates

NO SCHOOL: September 5th

Reminders

Classroom times are 8:15-1:45, please be prompt!

Make sure you keep all contact info up to date!

Books We Are Reading

A Pocket for Corduroy by: Don Freeman

Wemberly Worried by: Kevin Henkes

The Kissing Hand by: Audrey Penn

Activities To Do At Home

Work together as a family to create your child's collage for the classroom. It can include photographs, magazine clippings, stickers, etc. Make it fun!



As we learn about what we have in our classroom, have your child find similarities and differences to what is at home.

Miss Lauren and Miss Reagan



Classroom Phone:
(717) 677-5200 x5

Boletín de Agosto/Septiembre

Temas y Actividades

Pasaremos algunas semanas acostumbrandonos a la rutina del salón, las reglas y haciendo nuevos amigos.

Comenzaremos nuestro año aprendiendo acerca del ambiente en el salón y la escuela. Estaremos explorando nuestro salón, las reglas, los compañeros y las maestras.



Fechas Importantes

NO HABRÁ CLASES: 5 de Septiembre

Recordatorios

¡El Horario del salón es de 8:15-1:45, por favor sea puntual!

¡Asegúrese de mantener su información de contacto actualizado!

Los Libros que Estamos Leyendo

A Pocket for Corduroy by: Don Freeman

Wemberly Worried by: Kevin Henkes

The Kissing Hand by: Audrey Penn

Actividades para Hacer en Casa

Trabajen juntos como familia para hacer un collage de su hijo para el salón. Puede incluir fotografías, recortes de revistas, calcomanías, etc. ¡Hagalo divertido!



Mientras aprendemos acerca de lo que tenemos en el salón, deje a su hijo buscar similitudes y diferencias en lo que tienen en casa.

Miss Lauren y Miss Reagan



Teléfono del salón:
(717) 677-5200 x5

PRE-K NEWS FROM THE HEAD START DIRECTOR
SEPTEMBER 2022

Welcome to Pennsylvania Pre-K Counts in the Upper Adams School District (in partnership with Adams County Head Start)! We are excited and honored that you have chosen us for your child's Early Childhood experience. Miss Lauren and Miss Reagan have been very busy getting the room and lessons ready for your children's arrival. The classroom teachers worked to set up a comfortable and inviting classroom for your children and families. It is our goal to make school a safe, fun place for learning, exploring, and investigating.

We invite you to visit your child's classroom to observe, interact, and play with your child. Nothing makes the children happier than having you spend time at school with them; our door is always open. Anyone volunteering over 5 hours **MUST** obtain background clearances. Information on the clearances can be obtained from your classroom teacher, family engagement worker, or classroom supervisor.

The children love to show off their classroom, their new friends, and the new things they are learning. We are inspiring future architects, engineers, doctors, dentists, teachers, fire fighters, police officers, and so on! Come be a part of this wonderful opportunity!

It is our pleasure to get to know all of the children and families in our program. We hope to see you in the classroom, at parent meetings, and at Pre-K events!

Sincerely,
Jen Showers
Executive Director



NOTICIAS DE PRE-K DE LA DIRECTORA DE HEAD START SEPTIEMBRE 2022

¡Bienvenidos a Pre-K Counts de Pennsylvania, en el Distrito Escolar de Upper Adams (en asociación con el Head Start del Condado de Adams)! Estamos emocionados y es un honor para nosotros el que usted nos haya elegido para la experiencia pre-escolar de su hijo(a). La Sra. Lauren y Reagan ha estado muy ocupada ordenando el salón y el plan educativo para la llegada de sus hijos (as). Las maestras del salón trabajan en arreglar el salón de manera cómoda y atractiva para sus hijos(as) y sus familias. Nuestra meta es hacer de la escuela un lugar seguro, divertido para el aprendizaje, la exploración y la investigación.

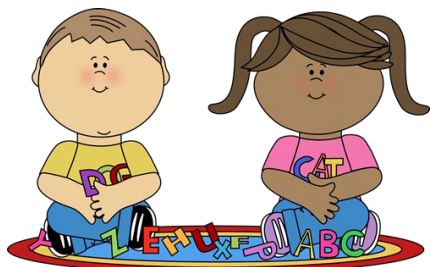
Le invitamos a visitar el salón de su hijo(a) para que observe, interactúe y juegue con su hijo(a). Nada hace a sus hijos más felices que pasar tiempo en la escuela con ellos; nuestras puertas están siempre abiertas. Cualquier persona que sea voluntario por más de 5 horas TIENE que obtener sus antecedentes criminales. Esta información puede ser obtenida con las maestras del salón, representante de servicios familiares o la supervisora del salón.

A los niños les encanta enseñar su salón, sus nuevos amigos y las cosas nuevas que están aprendiendo. ¡Estamos inspirando futuros arquitectos, ingenieros, doctores, dentistas, maestros, bomberos, oficiales de policía, y así sucesivamente! ¡Venga y sea parte de ésta maravillosa oportunidad!

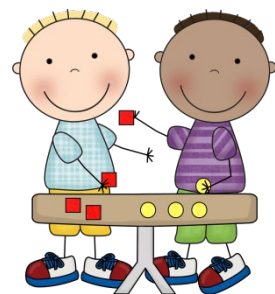
Es un placer para nosotros conocer todos los niños y las familias en nuestro programa. ¡Esperamos verlo en el salón, en las juntas de padres, y en las actividades de Pre-K!

Sinceramente,
Jen Showers
Directora Ejecutiva





Welcome to School!



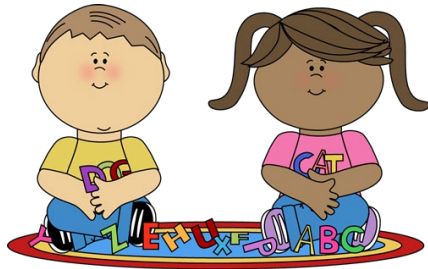
Welcome to the new school year! We are excited to be working with you and your children this year! Thank you for choosing our program for your child's educational needs. The children in our program have many opportunities to explore many different materials and toys; they often forget everything they did! Here are some tips on how to ask different questions to find out what your child did all day:

-  Post your child's classroom Daily Schedule on the fridge and ask "What did you do at Large Group?" "What did you do on the playground", etc.
-  Who did you sit beside at lunch?
-  Who did you play with?
-  What was your favorite toy in the Table Toy area?
-  What was the story about at Story Time?

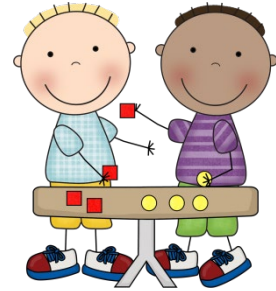
Don't hesitate to call or email your child's teacher for more ideas!

***We wish you a wonderful school year,
Education Department***





¡Bienvenidos a la Escuela!

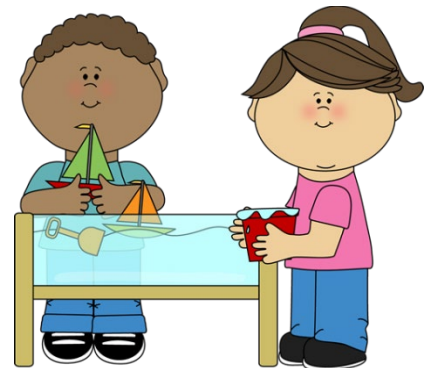


¡Bienvenidos al Nuevo ciclo escolar! ¡Estamos emocionados de trabajar con usted y su niño este año! Gracias por escoger nuestro programa para cubrir las necesidades educativas de su niño. Los niños en nuestro programa tienen muchas oportunidades para explorar muchos materiales y juguetes diferentes; ¡usualmente se les olvida de todo lo que hacen! Aquí tiene unas ideas de cómo hacerles diferentes preguntas para saber que hicieron sus niños durante todo el día.

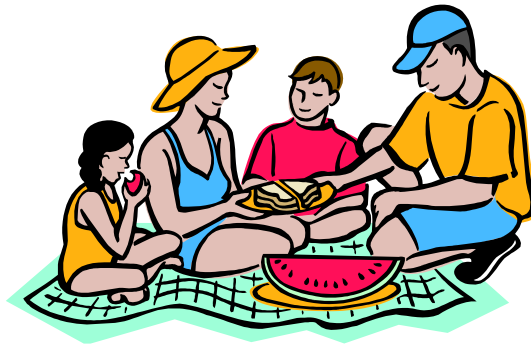
- Ponga el horario y rutina del niño en el refrigerador y pregunte ¿Qué hiciste durante el grupo grande? ¿Qué hiciste en el parque?, etc.
- ¿Al lado de quién te sentaste durante el almuerzo?
- ¿Con quién jugaste?
- ¿Cuál fue tu juguete favorito en el área de juguetes de mesa?
- ¿De qué se trató la historia a la hora de lectura?

No dude en llamar o enviar un correo electrónico a las maestras de su niño para más ideas.

***Le deseamos un ciclo escolar maravilloso,
Departamento de Educación***



FAMILY FUN NIGHT



Please join us for Family Fun Night

September 15, 5:00pm to 7:00pm

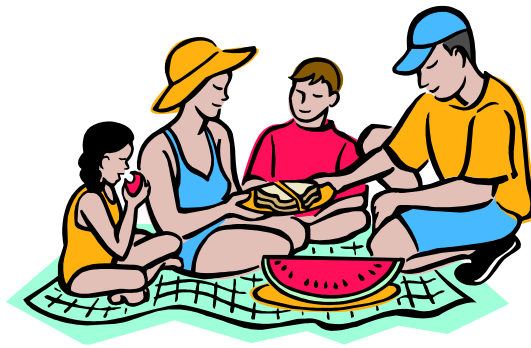
at the Gettysburg Area Rec Park

545 Long Lane, Gettysburg PA

All family members are welcome. There will be community representatives, games, prizes, and more! Dinner will be provided. Please call your Family Engagement Worker if you would like to attend and if you have any questions.

Please DO NOT bring pets

Noche de Diversión Familiar



Por favor únase a nosotros en la Noche de Diversión Familiar

el 15 de septiembre de 5:00pm a 7:00pm

en el Parque Recreativo de Gettysburg

545 Long Lane, Gettysburg, PA

Todos los miembros de la familia estan invitados. ¡Habrán representanes de la comunidad, juegos, premios y mucho más! Se proveerá Cena esa noche. Por favor llame a su Representante de Servicios Familiares si le gustaría asistir y si tiene alguna pregunta.

Por favor NO TRAIGA mascotas



COVID-19 Vaccine for Young Children

Children who are 6 months old and older can now get the COVID-19 vaccines. The Centers for Disease Control and Prevention (CDC) and the American Academy of Pediatrics recommend that children 6 months of age and older get vaccinated.

Why should children get COVID-19 vaccines?

COVID-19 vaccines lower the chance of getting very sick from the virus. Vaccinated children are less likely to be hospitalized or die from COVID-19 than those who are not vaccinated. When more people are vaccinated, including children, there is less chance that other people will get sick.

What vaccine(s) can young children get?

Two companies — Pfizer and Moderna — make COVID-19 vaccines for children. Young children get the same vaccines as older children and adults, but in smaller doses. The chart has more information about each vaccine.

COVID-19 Vaccines for Children 6 months through 5 years*				
Product	Ages	Dose #1	Dose #2	Dose #3
Moderna	6 months through 5 years	As soon as possible	4-8 weeks later	None
Pfizer	6 months through 4 years	As soon as possible	3-8 weeks later	At least 8 weeks later
Pfizer	5 years through 11 years	As soon as possible	3-8 weeks later	Booster 5 months later

* Families of children who have problems with their immune systems or have other serious health conditions should talk with their health care provider about how many doses to get and when to get each one.

Are COVID-19 vaccines safe?

Yes. The COVID-19 vaccines were studied and shown to be safe for young children. Health experts continue to monitor the safety of all vaccines. Millions of adults and children have been vaccinated in the last 2 years.



Do the vaccines have side effects?

Yes. Most of these side effects are minor. Children may have soreness or redness where the shot was given. Some children won't feel well afterwards. Some may get a fever, but very few get a high fever. Usually, symptoms last only a day or two. No young children in the COVID-19 studies had a serious reaction to the vaccines.

Should children who have already had COVID-19 get vaccinated?

Yes. The vaccine will provide additional protection. This means that vaccinated children will be less likely to get the virus again or to get very ill if they do get it again.

Can the COVID-19 vaccine be given at the same time as other childhood vaccines?

Yes, COVID-19 vaccines can be given at the same time as any other childhood vaccines. But there is no need to wait until other vaccines are due. If families have questions, they should contact their child's health care provider.

Where can families get COVID-19 vaccines for their children?

Many children can get the vaccine from their regular health care provider. If their health care provider does not have the vaccine, they can help families find the vaccines. Other places that may offer vaccines include community health centers, hospitals, pharmacies, and COVID-19 vaccination clinics in the community. Families can also go to <https://www.vaccines.gov/> to find COVID-19 vaccine locations.



National Center on
Health, Behavioral Health, and Safety

888-227-5125 • health@ecetta.info
<https://eclkc.ohs.acf.hhs.gov/health>



Vacunas contra el COVID-19 para niños pequeños

Los niños de 6 meses o más ahora pueden recibir las vacunas contra el COVID-19. Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC, sigla en inglés) y la Academia Estadounidense de Pediatría recomiendan que los niños de 6 meses y mayores se vacunen.

¿Por qué los niños deben vacunarse contra el COVID-19 ?

Las vacunas contra el COVID-19 reducen la probabilidad de enfermarse gravemente a causa del virus. Los niños vacunados tienen menos probabilidades de ser hospitalizados o morir de COVID-19 que aquellos que no están vacunados. Cuando más personas se vacunan, incluidos los niños, hay menos posibilidades de que otras personas se enfermen.

¿Qué vacunas pueden recibir los niños pequeños?

Dos compañías, Pfizer y Moderna, fabrican vacunas contra el COVID-19 para niños. Los niños pequeños reciben las mismas vacunas que los niños mayores y los adultos, pero en dosis más pequeñas. El gráfico muestra más información sobre cada vacuna.

Vacunas contra el COVID-19 para niños de 6 meses a 5 años*				
Producto	Edades	Dosis 1	Dosis 2	Dosis 3
Moderna	6 meses a 5 años	Lo antes posible	4 a 8 semanas después	Ninguno
Pfizer	6 meses a 4 años	Lo antes posible	3 a 8 semanas después	Al menos 8 semanas después
Pfizer	De 5 a 11 años	Lo antes posible	3 a 8 semanas después	Refuerzo 5 meses después

* Las familias de niños que tienen problemas con sus sistemas inmunológicos o tienen otras afecciones de salud graves deben hablar con su proveedor de atención médica sobre cuántas dosis pueden recibir y cuándo pueden recibir cada una.



¿Son seguras las vacunas contra el COVID-19?

Sí. Las vacunas contra el COVID-19 se estudiaron y demostraron ser seguras para los niños pequeños. Los expertos en salud continúan monitoreando la seguridad de todas las vacunas. Millones de adultos y niños han sido vacunados en los últimos 2 años.

¿Las vacunas tienen efectos secundarios?

Sí. La mayoría de estos efectos secundarios son menores. Los niños pueden tener dolor o enrojecimiento donde se administró la inyección. Algunos niños no se sentirán bien después. Algunos pueden tener fiebre, pero muy pocos tienen fiebre alta. Por lo general, los síntomas duran solo uno o dos días. Ningún niño pequeño en los estudios sobre el COVID-19 tuvo una reacción grave a las vacunas.

¿Deben vacunarse los niños que ya han tenido COVID-19 ?

Sí. La vacuna proporcionará protección adicional. Esto significa que los niños vacunados tendrán menos probabilidades de contraer el virus nuevamente o de enfermarse gravemente si lo vuelven a contraer.

¿Se puede administrar la vacuna contra el COVID-19 al mismo tiempo que otras vacunas infantiles?

Sí, las vacunas contra el COVID-19 se pueden administrar al mismo tiempo que cualquier otra vacuna infantil. No es necesario esperar hasta que se deban poner otras vacunas. Si las familias tienen preguntas, deben comunicarse con el proveedor de atención médica de su hijo.

¿Dónde pueden las familias recibir vacunas contra el COVID-19 para sus hijos?

Muchos niños pueden recibir la vacuna de su proveedor de atención médica habitual. Si su proveedor de atención médica no tiene la vacuna, puede ayudar a las familias a encontrar las vacunas. Otros lugares que pueden ofrecer vacunas incluyen centros de salud comunitarios, hospitales, farmacias y clínicas de vacunación contra el COVID-19 en la comunidad. Las familias también pueden ir a <https://www.vacunas.gov/> para encontrar ubicaciones de vacunas contra el COVID-19 .



National Center on
Health, Behavioral Health, and Safety

888-227-5125 • health@ecetta.info
<https://eclkc.ohs.acf.hhs.gov/health>

CARING CONNECTIONS: Strengthening Relationships by Practicing Kindness, Being Grateful, and Spending Quality Time With Those We LOVE

Sunday	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday
Do something helpful for a family member or friend. 	Connect with a relative to say hello and chat. 	Count your blessings: List the kind things others have done for you. 	Create and then share a card or a piece of art with someone you love. 	Go outside and find one thing that reminds you of someone. Share what you find and your why.	Create a cell phone / device parking lot so you can enjoy device-free moments together each day.	Find a deck of cards and play a game like Crazy Eights, Spoons or Go Fish. 
Find a joke that you love and share it with 2 other people in person, by phone, or virtually.	Work together to plan a 3-course meal. Write down / draw each part of the meal to share as the menu for the evening.	Go outside and find materials to create a centerpiece for others to enjoy! 	Name 3 things you are grateful for. Draw a picture or write a list of these things and then post in a prominent place.	Work to create 5 "happy cards" for seniors that are in a local nursing home. Drop them off for them to enjoy.	While washing your hands look at yourself in the mirror and tell yourself one thing you like about YOU!	Do one act of kindness to make life easier for someone. 
Thank 3 people you are grateful to and tell them why. 	Smile at the people you are with to brighten their day. 	Learn one new thing today and share what you learned with someone. 	Choose a favorite song(s) and enjoy a spontaneous dance party. 	Get a deck or two of cards and build a home. Talk about what makes a home safe and what connects us to others.	Go outside and enjoy a game of "Red Light, Green Light." Be sure to run, walk, slide, jump and enjoy other creative ways to move.	Design and create a musical instrument. Enjoy a sharing concert. 
Ask someone to do what you LOVE to do today. 	Send a message or letter to someone you cannot be with today. 	Find a favorite book and read it or share it with someone. 	Enjoy a scavenger hunt with someone. Both write lists of 5 things the other person will look for, switch lists and then GO!	Notice 5 things that are beautiful within your world. Share your ideas with someone. 	Learn how to play hopscotch and then PLAY! 	Thank someone and tell them how they make a difference for you. 

CONEXIONES CARIÑOSAS: Fortaleciendo relaciones al practicar la amabilidad, gratitud y tiempo de calidad con los que amamos.

DOMINGO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
Haz algo de ayuda por un familiar o amigo. 	Conéctate con algún familiar para saludarlo y platicar. 	Cuenta tus bendiciones: haz una lista con actos amables que otros han hecho por ti. 	Crea y comparte una tarjeta o dibujo con alguien que amas. 	Sal al jardín o patio y encuentra algún objeto que te recuerde a alguien. Compártelo con tu familia.	Crea un “estacionamiento para celulares/ tablets” para que disfruten momentos libres de electrónicos cada día.	Encuentra un juego de cartas y juega en familia. 
Encuentra un chiste que te guste y compártelo con otras dos personas por teléfono o videollamada.	Planeen juntos una comida de 3 tiempos. Escriban o dibujen cada platillo para compartir después como menú.	Sal al jardín o patio y encuentra material para crear un centro de mesa para disfrutarlo con los demás. 	Nombra tres cosas por las que estás agradecido. Dibuja o escribe una lista y colócala en un lugar visible.	Crea 5 “tarjetas felices” para personas de la tercera edad dentro de tu comunidad. Entrégalas siguiendo las sugerencias de cuidado.	Mientras te lavas las manos mírate en el espejo y di una cosa que te guste sobre TI.	Haz un acto amable que facilite la vida de alguien más. 
Piensa en 3 personas con las que te sientas agradecido y dales las gracias. 	Sonríe a las personas con las que estas para iluminar su día. 	Aprende algo nuevo hoy y compártelo con alguien. 	Escoge tu canción o canciones favoritas y disfruta de un fiesta espontánea de baile. 	Consigue uno o dos juegos de cartas y construye una casita. Platica acerca de lo que tu crees que forma un hogar seguro y qué nos conecta con otros.	Sal al jardín o patio y disfruta del juego. “Luz roja, luz verde”. Asegúrate de correr, caminar, deslizarte, brincar y disfruta de otras formas creativas de moverte.	Diseña y crea un instrumento musical. Disfruta el concierto al compartir. 
Pídele a alguien hacer lo que mas te gusta hacer hoy. 	Manda un mensaje o carta a alguien con quien no hayas podido estar hoy. 	Encuentra tu libro favorito y léelo o compártelo con alguien. 	Disfruta de una búsqueda del tesoro con alguien. Ambos escriban una lista de 5 cosas que la otra persona debe encontrar, cambien listas y ¡empiecen!.	Nota 5 cosas que son hermosas en tu mundo. Comparte tu lista con alguien. 	Aprendan a jugar “avioncito” y jueguen juntos. 	Dale las gracias a alguien y déjale saber cómo hace la diferencia para ti. 

Creado por Kim Hughes. Traducido y adaptado al español por Lizbeth Gómez.

Pedestrian Safety Tips

Everything you need to know to keep your kids safe while walking.

Whether your kids are walking to school, the park or a friend's house, here are a few simple tips to make sure they get there safely.

Teach Kids How to Walk Safely

- Teach kids at an early age to look left, right and left again before crossing the street. Then remind them to continue looking around until safely across.
- It's always best to walk on sidewalks or paths and cross at street corners, using traffic signals and crosswalks. If there are no sidewalks, walk facing traffic as far to the left as possible.
- Teach kids to make eye contact with drivers before crossing the street.
- Children under 10 need to cross the street with an adult. Every child is different, but developmentally, most kids are unable to judge the speed and distance of oncoming cars until age 10.
- Encourage kids to be especially alert for cars that are turning or backing up.
- Teach kids not to run or dart out into the street or cross between parked cars.
- If kids are walking when it's dark out, teach them to be especially alert and make sure they are visible to drivers. Have them wear light- or brightly-colored clothing and reflective gear.



- Put headphones down or turn off the volume before crossing the street.
- Be aware of others who may be distracted and speak up when you see someone who is in danger.
- If kids need to use a cell phone, teach them to stop walking and find a safe area to talk.



44 kids are hit by a car while walking every day in the U.S.

Let Your Actions Speak as Loudly as Your Words

- Be a good role model. Set a good example by putting your phone, headphones and devices down when walking around cars.
- When driving, put cell phones and other distractions in the back seat or out of sight until your final destination.
- Be especially alert and slow down when driving in residential neighborhoods and school zones. Be on the lookout for bikers, walkers or runners who may be distracted or may step into the street unexpectedly.
- Give pedestrians the right of way and look both ways when making a turn to spot any bikers, walkers or runners who may not be immediately visible.

Take Action Against Distraction

- Teach kids to put phones, headphones and devices down when crossing the street. It is particularly important to reinforce the message with teenagers.



Consejos de seguridad para los peatones

Todo lo que necesita saber para mantener seguros a sus niños mientras caminan.

Si sus niños caminan a la escuela, al parque o a la casa de un amigo, aquí tiene unos pocos consejos sencillos para asegurarse de que ellos lleguen seguros allá.

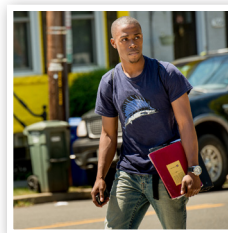
Enseñe a sus niños la forma de caminar con seguridad

- Enseñe a sus niños, desde una edad temprana, a mirar hacia la izquierda, a la derecha y de nuevo hacia la izquierda antes de cruzar la calle. Luego recuérdelos que continúen mirando alrededor hasta que hayan cruzado de manera segura.
- Siempre es mejor caminar por las aceras o senderos, y cruzar la calle en las esquinas usando las señales de tránsito y los cruces peatonales. Si no hay aceras, camine de frente al tráfico y lo más apegado a la izquierda que sea posible.
- Enseñe a los niños a establecer contacto visual con los conductores antes de cruzar la calle.
- Los niños menores de 10 años deben cruzar la calle con un adulto. Todos los niños son diferentes en su desarrollo, pero la mayoría de los niños no pueden juzgar la velocidad y la distancia de los autos que vienen de frente hasta que tienen 10 años.
- Anime a los chicos a que estén atentos especialmente con los autos que están curvando o retrocediendo.
- Enseñe a los niños que no corran ni se lancen repentinamente a la calle, y que tampoco crucen entre autos aparcados.
- Si los niños caminan cuando está oscuro afuera, enséñeles que estén especialmente atentos y se aseguren de que estén visibles para los conductores. Haga que se pongan ropa luminosa o de colores brillantes y equipo reflectante.



Tome medidas contra las distracciones

- Enseñe a los niños a dejar de usar los teléfonos, auriculares y otros aparatos cuando crucen la calle. Es muy importante reforzar este mensaje con los adolescentes.
- Sacarse los auriculares o apagar el volumen antes de cruzar la calle.
- Estar consciente de que otros podrían estar distraídos y hablar alto cuando vea a alguien que está en peligro.
- Si los chicos necesitan usar el teléfono celular, enséñeles a que dejen de caminar y busquen un área segura para hablar.



Que sus acciones sean tan fuertes como sus palabras

- Sea un modelo. Dé un buen ejemplo dejando de usar su teléfono, auriculares y aparatos cuando camine alrededor de los autos.
- Cuando conduzca, coloque los teléfonos celulares y otras distracciones en el asiento de atrás o fuera de la vista hasta su destino final.
- Esté muy atento y disminuya la velocidad cuando conduzca por barrios residenciales y zonas escolares. Permanezca en alerta por los ciclistas, caminantes o corredores que podrían estar distraídos o que se meten repentinamente a la calle.
- Dé a los peatones la preferencia de paso y mire a los dos lados cuando curve, para detectar a los ciclistas, caminantes o corredores que podrían no estar visibles de forma inmediata.



Todos los días, mientras caminan, 44 niños son atropellados por un auto en EE.UU.

School Bus Safety Tips

Everything you need to know to keep your kids safe in and around the school bus.

Taking the bus for the first time is a big step for your child. Help your kids get a gold star in bus safety by following these tips.

- Walk with your kids to the bus stop and wait with them until it arrives. Tell kids to stand at least three giant steps back from the curb as the bus approaches and board the bus one at a time.
- Teach kids to wait for the bus to come to a complete stop before getting off and never to walk behind the bus.
- If your child needs to cross the street after exiting the bus, he or she should take five giant steps in front of the bus, make eye contact with the bus driver and cross when the driver indicates it's safe. Teach kids to look left, right and left again before crossing the street.



- Instruct younger kids to use handrails when boarding or exiting the bus. Be careful of straps or drawstrings that could get caught in the door. If your children drop something, they should tell the bus driver and make sure the bus driver is able to see them before they pick it up.
- Drivers should always follow the speed limit and slow down in school zones and near bus stops. Remember to stay alert and look for kids who may be trying to get to or from the school bus.
- Slow down and stop if you're driving near a school bus that is flashing yellow or red lights. This means the bus is either preparing to stop (yellow) or already stopped (red), and children are getting on or off.



School buses are the safest mode of motorized transportation for getting children to and from school, but injuries can occur if kids are not careful and aware when getting on and off the bus.



Consejos de Seguridad en el Autobús

Todo lo que necesitas saber para mantener a tus hijos seguros dentro y alrededor del autobús.

Ir en el autobús por primera vez es un gran paso para su hijo. Ayude a su hijo a ganarse una Estrella dorada en el autobús siguiendo estos consejos.

- Camine con su hijo hasta la parada del autobús y espere hasta que llegue. Dile a tus hijos que se paren al menos tres pasos gigantescos de la acera cuando el autobús se este acercando y que se suban al autobús uno a la vez.

- Enseñe a sus hijos a esperar que el autobús se detenga completamente antes de bajarse y que nunca caminen detrás del autobús.



- Si su hijo necesita cruzar la calle después de bajarse del autobús, él o ella deben caminar cinco pasos gigantescos frente al autobús, mirar al conductor y cruzar la calle cuando el conductor le indique que es seguro cruzar. Enseñe a sus hijos a mirar a la izquierda, derecha y nuevamente a la izquierda antes de cruzar la calle.

Indique a los niños más pequeños que usen los pasamanos al subir o bajar del autobús. Tenga cuidado con los cinturones o los cordones que puedan quedar atrapados en la puerta. Si su hijo deja caer algo, ellos deben decirle al conductor y deben asegurarse que el conductor pueda verlos antes de recogerlo.

- Los conductores siempre deben de seguir los límites de velocidad y reducir la velocidad en las zonas escolares y cerca de las paradas del autobús. Recuerde estar alerta y estar pendiente de los niños que están subiendo o bajándose del autobús.
- Disminuya la velocidad y deténgase si está conduciendo cerca de un autobús escolar que tiene luces amarillas o rojas intermitentes. Esto significa que el autobús está preparándose para parar (Amarillo) o ya se detuvo (rojo) y los niños se están subiendo o bajando.

Los autobuses son el modo más seguro de transporte motorizado para llevar y buscar niños de la escuela, pero pueden ocurrir lesiones si los niños no son cuidadosos cuando se suben o se bajan del autobús.



August 2022
Pre-K Counts Menu

Menu Notes:	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
	1	2	3	4	5
					
All meals are served with Fat Free Milk 	8	9	10	11	12
					
Menus are subject to change.	15	16	17	18	19
			Get back into the routine 		
 Pre-K Counts serves a menu low in fat, low in salt, low in sugar and high in fiber.	22	23	24	25	26
	Breakfast First Day of School WG Pancakes Strawberries 1% Milk & Water  Lunch Salisbury Steak w Gravy Mashed Potatoes WG Biscuit Orange Slices 1% Milk & Water	Breakfast WG Granola Blueberries Vanilla Yogurt 1% Milk & Water Lunch WG Chicken Fries Corn on the Cob Fresh Local Peaches 1% Milk & Water	Breakfast WG Croissant Bananas 1% Milk & Water Lunch WG Beef a Roni Italian Blend Veggies Fresh Honeydew 1% Milk & Water	Breakfast WG Blueberry Chex Mandarin Oranges 1% Milk & Water Lunch Chicken Patty on WG Bun Cucumber Slices Apple Slices 1% Milk & Water	Breakfast String Cheese Fruit Salad 1% Milk & Water Lunch Carnitas on WG Tortilla w Lime Juice Pinto Beans Fresh Pineapple 1% Milk & Water
	29	30	31	1	2
	Breakfast Scrambled Eggs w Cheese WG Toast Orange Slices 1% Milk & Water Lunch Turkey Burger on WG Bun Sweet Potato Fries Local Nectarine 1% Milk & Water	Breakfast Krispy Rice Cereal Local Apples 1% Milk & Water Lunch BBQ Chicken Green Beans WG Cornbread Muffin Mangos 1% Milk & Water	Breakfast Mini Bagel Cream Cheese or Jelly Bananas (1/2) 1% Milk & Water Lunch WG Spaghetti w Meat Sauce Spinach Salad w Tomatos Watermelon 1% Milk & Water	Breakfast WG Waffle Sticks Blueberries 1% Milk & Water Lunch Tilapia Brown Rice Peas & Carrots Cantaloupe 1% Milk & Water	Breakfast Cottage Cheese Fresh Fruit Salad 1% Milk & Water Lunch WG Quesadilla Black Beans Grapes 1% Milk & Water

WW: Whole Wheat

*WG: Whole Grain

6 oz serving of milk at breakfast

Agosto 2022
Menú de Pre-K Counts

Notas del Menú:	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	1 	2	3	4	5
Todas las comidas se sirven con Leche sin Grasa 	8	9 	10	11	12
El menú esta sujeto a cambios.	15 	16	17 Vuelva a Establecer Horarios y Rutinas para su Hijo 	18	19 
Pre-K Counts sirve un menú bajo en grasa, sal, azúcar y alto en fibra. 	22  Desayuno Primer día de Clases Panqueques Integrales Fresas Leche 1% y Agua Almuerzo Bistec Salisbury en Salsa Papas Majadas Biscuit Integral Naranjas Leche 1% y Agua	23 Desayuno Granola Arándanos Yogur de Vainilla Leche 1% y Agua Almuerzo Frituritas de Pollo Elote Duraznos Frescos Leche 1% y Agua	24 Desayuno Cuerno Plátanos Leche 1% y Agua Almuerzo Pasta con Carne Molida Verduras Mixtas a lo Italiano Melón Dulce Leche 1% y Agua	25 Desayuno Cereal de Arándano Chex Mandarinas Leche 1% y Agua Almuerzo Sandwich de Pollo Empanado Pepinos Rebanadas de Manzanas Leche 1% y Agua	26 Desayuno Palito de Queso Ensalada de Frutas Leche 1% y Agua Almuerzo Carnitas en Tortilla Integral y Jugo de Limón Frijoles Piña Fresca Leche 1% y Agua
	29 Desayuno Revoltito con Queso Tostada Integral Naranjas Leche 1% y Agua Almuerzo Hamburguesa de Pavo Patatas Dulces Fritas Nectarinas Locales Leche 1% y Agua	30 Desayuno Cereal Krispy Rice Manzanas Locales Leche 1% y Agua Almuerzo Pollo en Salsa de Barbacoa Ejotes Pan de Elote Mango Leche 1% y Agua	31 Desayuno Bagel Miniatura Queso Crema o Jalea Plátano Leche 1% y Agua Almuerzo Spaghetti con Salsa Ensalada de Espinaca con Jitomates Sandía Leche 1% y Agua	1 Desayuno Palitos de Waffle Arándanos Leche 1% y Agua Almuerzo Tilapia Arroz Morado Guisantes y Zanahorias Cantalupo Leche 1% y Agua	2 Desayuno Requesón Ensalada de Frutas Frescas Leche 1% y Agua Almuerzo Quesadilla Integral Frijoles Negros Uvas Leche 1% y Agua

**Harina Integral

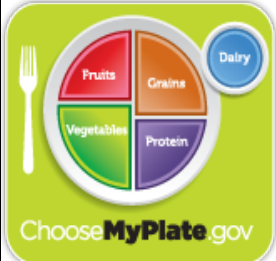
*Harina de Grano Entero

Se sirven 6 oz de leche en el desayuno

September 2022
Pre-K Counts Menu

Menu Notes:	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
	Breakfast 29 Scrambled Eggs w Cheese WG Toast Orange Slices 1% Milk & Water Lunch Turkey Burger on WG Bun Sweet Potato Fries Local Nectarine 1% Milk & Water	Breakfast 30 Krispy Rice Cereal Local Apples 1% Milk & Water Lunch BBQ Chicken Green Beans WG Cornbread Muffin Mangos 1% Milk & Water	Breakfast 31 Mini Bagel PB, Cream Cheese or Jelly Bananas (1/2) 1% Milk & Water Lunch WG Spaghetti w Meat Sauce Spinach Salad w Tomatos Watermelon 1% Milk & Water	Breakfast 1 WG Waffle Sticks Blueberries 1% Milk & Water Lunch Tilapia Brown Rice Peas & Carrots Cantaloupe 1% Milk & Water	Breakfast 2 Cottage Cheese Fresh Fruit Salad 1% Milk & Water Lunch WG Quesadilla Black Beans Grapes 1% Milk & Water
	All meals are served with Fat Free Milk 	Breakfast 6 WG Pancake Wrap Tropical Fruit 1% Milk & Water Lunch Turkey & Cheese on WW Bread Red, Yellow and Orange Pepper Sticks Blueberries 1% Milk & Water	Breakfast 7 WG Cheerios Applesauce 1% Milk & Water Lunch Pot Roast w Potatos and Carrots WG Biscuit Granny Smith Apples 1% Milk & Water	Breakfast 8 WG Muffin Banana 1% Milk & Water Lunch WG Tuna Noodle Casserole Sweet Peas Mandarin Oranges 1% Milk & Water	Breakfast 9 Strawberries Overnight Oatmeal 1% Milk & Water Lunch Taco Salad Lettuce, Tomato, Cheese Fresh Pineapple 1% Milk & Water
Menus are subject to change.	Breakfast 12 Roasted Potatoes Scrambled Eggs 1% Milk & Water Lunch Sloppy Joe on WW Bun 3 Bean Salad Grapes 1% Milk & Water	Breakfast 13 WG French Toast Sticks Blueberries 1% Milk & Water Lunch WG Burrito Steamed Carrots Watermelon 1% Milk & Water	Breakfast 14 WG Mini Frosted Wheat Bananas 1% Milk & Water Lunch WG Chicken Fettucini Caesar Salad Pears 1% Milk & Water	Breakfast 15 WW Toast Mandarin Oranges 1% Milk & Water Lunch WW Grilled Cheese Mashed Cauliflower Apple Slices 1% Milk & Water	Breakfast 16 Cottage Cheese Fresh Pineapple 1% Milk & Water Lunch Turkey w Gravy WG Waffle Steamed Yellow Squash Fresh Honeydew 1% Milk & Water
	 Pre-K Counts serves a menu low in fat, low in salt, low in sugar and high in fiber.	Breakfast 19 WG Pancakes Blueberries 1% Milk & Water Lunch WG Fish Shapes Corn on the Cob Apple Slices 1% Milk & Water	Breakfast 20 WG Kix Pears 1% Milk & Water Lunch Baked Chicken Drumsticks Baked Potato w Butter & Cheese WG Dinner Roll Clementines 1% Milk & Water	Breakfast 21 WG Mini Bagel Cream Cheese or Jelly Bananas (1/2) 1% Milk & Water Lunch Chef Salad w Tomatoes Shredded Cheese, Turkey Ham Cubes WG Mozzarella Sticks Nectarine 1% Milk & Water	Breakfast 22 Strawberries WG Granola Yogurt 1% Milk & Water Lunch Sweet & Sour Meatballs WG Brown Rice 4 Way Blend Veggies Applesauce 1% Milk & Water
	Breakfast 26 WG Pancakes Strawberries 1% Milk & Water Lunch Salisbury Steak w Gravy Mashed Potatoes WG Biscuit Orange Slices 1% Milk & Water WW: Whole Wheat	Breakfast 27 WG Granola Blueberries Vanilla Yogurt 1% Milk & Water Lunch WG Chicken Fries Corn on the Cob Fresh Local Peaches 1% Milk & Water *WG: Whole Grain	Breakfast 28 WG Croissant Bananas 1% Milk & Water Lunch WG Beef a Roni Italian Blend Veggies Fresh Honeydew 1% Milk & Water	Breakfast 29 WG Blueberry Chex Mandarin Oranges 1% Milk & Water Lunch Chicken Patty on WG Bun Cucumber Slices Apple Slices 1% Milk & Water	Breakfast 30 String Cheese Fruit Salad 1% Milk & Water Lunch Carnitas on WG Tortilla w Lime Juice Pinto Beans Fresh Pineapple 1% Milk & Water
			6 oz serving of milk at breakfast		

Septiembre 2022
Menú de Pre-K Counts

Notas del Menú:	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	Desayuno 29 Revoltillo con Queso Tostada Integral Naranjas Leche 1% y Agua Almuerzo Hamburguesa de Pavo Patatas Dulces Fritas Nectarinas Locales Leche 1% y Agua	Desayuno 30 Cereal Krispy Rice Manzanas Locales Leche 1% y Agua Almuerzo Pollo en Salsa de Barbacoa Ejotes Pan de Elote Mango Leche 1% y Agua	Desayuno 31 Bagel Miniatura Queso Crema o Jalea Plátano Leche 1% y Agua Almuerzo Spaghetti con Salsa Ensalada de Espinaca con Jitomates Sandía Leche 1% y Agua	Desayuno 1 Palitos de Waffle Arándanos Leche 1% y Agua Almuerzo Tilapia Arroz Morado Guisantes y Zanahorias Cantalupo Leche 1% y Agua	Desayuno 2 Requesón Ensalada de Frutas Frescas Leche 1% y Agua Almuerzo Quesadilla Integral Frijoles Negros Uvas Leche 1% y Agua
	Todas las comidas se sirven con Leche sin Grasa 	Desayuno 6 *Rollo de Panqueque Ensalada de Fruta Tropical Leche 1% y Agua Almuerzo Sandwich de Pavo y Queso Integral Palitos de Pimientos Rojo, Amarillo y Naranja Arándanos Leche 1% y Agua	Desayuno 7 *Cheerios Puré de Manzana Leche 1% y Agua Almuerzo Asado con Papas y Zanahorias Biscuit Integral Rebanadas de Manzanas Leche 1% y Agua	Desayuno 8 *Mufin Plátano Leche 1% y Agua Almuerzo Cazuela de Macarrones y Atún Chicharos Mandarinas Leche 1% y Agua	Desayuno 9 Fresas Avena Leche 1% y Agua Almuerzo Ensalada Taco Lechuga, Jitomate, Queso Piña Fresca Leche 1% y Agua
El menú esta sujeto a cambios. 	Desayuno 12 Papas Rostizadas Revoltillo Leche 1% y Agua Almuerzo Sandwich Sloppy Joe Ensalada de 3 tipos de Legumbres Uvas Leche 1% y Agua	Desayuno 13 *Palitos a la Francesa Arándanos Leche 1% y Agua Almuerzo Burrito Integral Zanahorias Cocidas Sandía Leche 1% y Agua	Desayuno 14 Cereal de Trigo Azucarado Plátanos Leche 1% y Agua Almuerzo Pasta Fettucini con Pollo Ensalada Caesar Peras Leche 1% y Agua	Desayuno 15 Tostada Integral Mandarinas Leche 1% y Agua Almuerzo Sandwich de Queso Fundido Puré de Coliflor Rebanadas de Manzanas Leche 1% y Agua	Breakfast 16 Requesón Piña Leche 1% y Agua Almuerzo Pavo en Salsa Waffles Integrales Calabaza Amarilla Cocida Melón Leche 1% y Agua
	 Pre-K Counts sirve un menú bajo en grasa, sal, azúcar y alto en fibra.	Desayuno 19 Panqueques Integrales Arándanos Leche 1% y Agua Almuerzo Pedacitos de Pescado Elote Rebanadas de Manzanas Leche 1% y Agua	Desayuno 20 *Cereal Kix Peras Leche 1% y Agua Almuerzo Muslitos de Pollo Horneados Papa Asada con Mantequilla y Queso *Bolillitos Naranjas Leche 1% y Agua	Desayuno 21 Bagels Miniatura Queso Crema y Jalea Plátanos Leche 1% y Agua Almuerzo Ensalada del Chef con Jitomates Queso Rallado, Pedazos de Jamón de Pavo Palitos de Queso Nectarinas Leche 1% y Agua	Desayuno 22 Fresas *Granola Yogur Leche 1% y Agua Almuerzo Albóndigas Agridulces Arroz Moreno 4 Verduras Mixtas Puré de Manzana Leche 1% y Agua
	Desayuno 26 Panqueques Integrales Fresas Leche 1% y Agua Almuerzo Bistec Salisbury en Salsa Papas Majadas Biscuit Integral Naranjas Leche 1% y Agua	Desayuno 27 Granola Arándanos Yogur de Vainilla Leche 1% y Agua Almuerzo Frituritas de Pollo Elote Duraznos Frescos Leche 1% y Agua	Desayuno 28 Cuerno Plátanos Leche 1% y Agua Almuerzo Pasta con Carne Molida Verduras Mixtas a lo Italiano Melón Dulce Leche 1% y Agua	Desayuno 29 Cereal de Arándano Chex Mandarinas Leche 1% y Agua Almuerzo Sandwich de Pollo Empanado Pepinos Rebanadas de Manzanas Leche 1% y Agua	Desayuno 30 Palito de Queso Ensalada de Frutas Leche 1% y Agua Almuerzo Carnitas en Tortilla Integral y Jugo de Limón Frijoles Piña Fresca Leche 1% y Agua

*Harina Integral o Grano Entero

Se sirven 6 oz de leche en el desayuno

Meal Pattern Requirements for children participating in the CACFP Program (Child & Adult Care Food Program)

Breakfast		Lunch or Supper		Snack	
<i>Food Components</i>	<i>Ages 3-5</i>	<i>Food Components</i>	<i>Ages 3-5</i>	<i>Food Components</i>	<i>Ages 3-5</i>
1 milk fluid milk	3/4 cup	1 milk Fluid milk	3/4 cup	1 milk Fluid milk	1/2 cup
1 fruit/vegetable juice, fruit and/or vegetable	1/2 cup	1 fruit/vegetable Juice, fruit and/or vegetable	1/2 cup	1 fruit/vegetable Juice, fruit and/or vegetable	1/2 cup
1 grains/bread bread or cornbread or biscuit or roll or muffin or cold dry cereal or hot cooked cereal or pasta or noodles or grains	1/2 slice 1/2 serving 1/3 cup 1/4 cup 1/4 cup	1 grains/bread bread or cornbread or biscuit or roll or muffin or cold dry cereal or hot cooked cereal or pasta or noodles or grains	1/2 slice 1/2 serving 1/3 cup 1/4 cup 1/4 cup	1 grains/bread bread or cornbread or biscuit or roll or muffin or cold dry cereal or hot cooked cereal or pasta or noodles or grains	1/2 slice 1/2 serving 1/3 cup 1/4 cup 1/4 cup
		1 meat/meat alternate meat or poultry or fish or alternate protein product or cheese or egg or cooked dry beans or peas or peanut or other nut or seed butters or nuts and/or seeds or yogurt	1½ oz. 1½ oz. 1½ oz. 3/4 3/8 cup 3 Tbsp. 3/4 oz. 6 oz.	1 meat/meat alternate meat or poultry or fish or alternate protein product or cheese or egg or cooked dry beans or peas or peanut or other nut or seed butters or nuts and/or seeds or yogurt	½ oz. ½ oz. ½ oz. 1/2 1/8 cup 1 Tbsp. 1/2 oz. 2 oz.

In accordance with federal civil rights law and U.S. Department of Agriculture (USDA) civil rights regulations and policies, this institution is prohibited from discriminating on the basis of race, color, national origin, sex (including gender identity and sexual orientation), disability, age, or reprisal or retaliation for prior civil rights activity. Program information may be made available in languages other than English. Persons with disabilities who require alternative means of communication to obtain program information (e.g., Braille, large print, audiotope, American Sign Language), should contact the responsible state or local agency that administers the program or USDA's TARGET Center at (202) 720-2600 (voice and TTY) or contact USDA through the Federal Relay Service at (800) 877-8339.

To file a program discrimination complaint, a Complainant should complete a Form AD-3027, USDA Program Discrimination Complaint Form which can be obtained online at: <https://www.usda.gov/sites/default/files/documents/USDA-OASCR%20P-Complaint-Form-0508-0002-508-11-28-17Fax2Mail.pdf>, from any USDA office, by calling (866) 632-9992, or by writing a letter addressed to USDA. The letter must contain the complainant's name, address, telephone number, and a written description of the alleged discriminatory action in sufficient detail to inform the Assistant Secretary for Civil Rights (ASCR) about the nature and date of an alleged civil rights violation. The completed AD-3027 form or letter must be submitted to USDA by:

1. **mail:**
U.S. Department of Agriculture
Office of the Assistant Secretary for Civil Rights
1400 Independence Avenue, SW
Washington, D.C. 20250-9410; or
2. **fax:**
(833) 256-1665 or (202) 690-7442; or
3. **email:**
Program.Intake@usda.gov

Patrón de Requisitos Alimenticios para niños que participan en el programa de CACFP (Programa de Alimentos para Niños y Adultos)

Desayuno		Almuerzo o Cena		Merienda	
Componentes del Alimento	Edades 3-5	Componentes del Alimento	Edades 3-5	Componentes del Alimento	Edades 3-5
1 leche Leche líquida	3/4 taza	1 leche Leche líquida	3/4 taza	1 leche Leche líquida	1/2 taza
1 fruta/verdura jugo, fruta y/o verdura	1/2 taza	1 fruta/verdura jugo, fruta y/o verdura	1/2 taza	1 fruta/verdura jugo, fruta y/o verdura	1/2 taza
1 granos/pan pan o pan de pan de elote o bísquet o panecito o cereal frío o seco cereal caliente cocido o pasta o tallarines o granos	1/2 rebanada 1/2 porción 1/3 taza 1/4 taza 1/4 taza	1 granos/pan pan o pan de pan de elote o bísquet o panecito o cereal frío o seco cereal caliente cocido o pasta o tallarines o granos	1/2 rebanada 1/2 porción 1/3 taza 1/4 taza 1/4 taza	1 granos/pan pan o pan de pan de elote o bísquet o panecito o cereal frío o seco cereal caliente cocido o pasta o tallarines o granos	1/2 rebanada 1/2 porción 1/3 taza 1/4 taza 1/4 taza
		1 carne/alternativa de carne carne o aves o pescado o producto alternativo de proteína o queso o huevo o frijoles cocidos o chícharos o mantequilla de cacahuete u otras nueces nueces y/o semillas o yogurt	1½ oz. 1½ oz. 1½ oz. 3/4 3/8 taza 3 Cucharada 3/4 oz. 6 oz.	1 carne/alternativa de carne carne o aves o pescado o producto alternativo de proteína o queso o huevo o frijoles cocidos o chícharos o mantequilla de cacahuete u otras nueces nueces y/o semillas o yogurt	½ oz. ½ oz. ½ oz. 1/2 1/8 taza 1 Cucharada 1/2 oz. 2 oz.

En acuerdo con los derechos civiles federales y U.S. Departamento de Agricultura (USDA) regulación de derechos civiles y políticas, esta institución prohíbe discriminación basada en tu raza, color, origen nacional, sexo (incluyendo identidad de género y orientación sexual), discapacidad, edad, o represalia o venganza por actividad de derechos civiles anteriores.

Información del programa puede estar disponible en otros idiomas aparte de inglés. (e.g., Braille, letra grande, casete de audio, lenguaje de signos americano), debe contactar al estado responsable o agencia local que administran el programa o USDA's TARGET Center al (202) 720-2600 (voz y TTY) o contactar USDA por medio del relé de servicio federales al (800) 877-8339.

Para poner una queja de discriminación, debe llenar la forma AD-3027, USDA forma del programa de discriminación la cual puede obtenerse en línea en: <https://www.usda.gov/sites/default/files/documents/USDA-OASCR%20P-Complaint-Form-0508-0002-508-11-28-17Fax2Mail.pdf>, en cualquier oficina de USDA, llamando al (866) 632-9992, o escribiendo una carta dirigida a USDA. La carta debe llevar el nombre de la persona poniendo la queja, dirección, número de teléfono, y una descripción de la acción discriminatoria con detalles suficientes para informar a la secretaria asistente de derechos civiles (ASCR) sobre la naturaleza y fecha de la violación de derechos civiles. La forma completa o carta AD-3027 debe ser sometida a USDA por:

1. correo: U.S. Department of Agriculture Office of the Assistant Secretary for Civil Rights 1400 Independence Avenue, SW Washington, D.C. 20250-9410; or
2. fax: (833) 256-1665 o (202) 690-7442; o
3. correo electrónico: Program.Intake@usda.gov

On Track To KINDERGARTEN

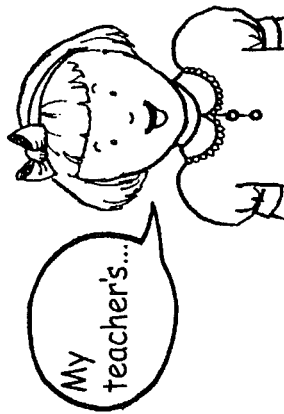
Question of the Week:

How do you get to school each day? _____

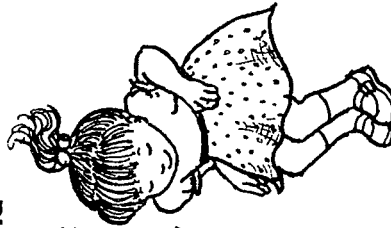
September - Week 1

 Sing THE WHEELS ON THE BUS. 

Tell 5 people your teacher's name.

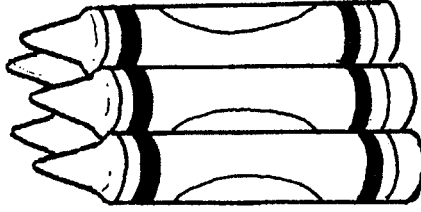


Jump up and down with your 2 feet together.

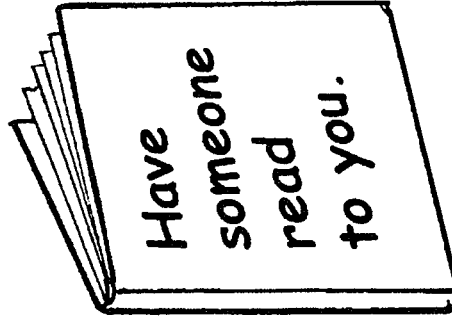


How many times can you jump without stopping? _____

Draw and color a picture of yourself.



Have someone read to you.



Child's Name _____

Parent's Name _____

Building Blocks

www.bbblocksonline.com

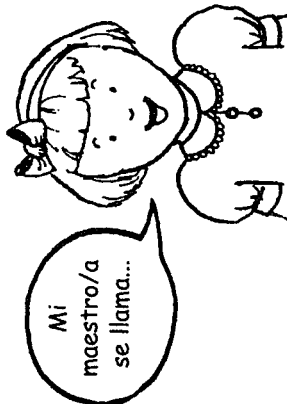
Camino al KINDER

Pregunta de la semana:
¿Cómo llegas a la escuela todos los días?

Septiembre - Semana 1

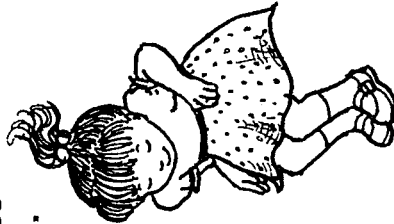
♪ Canta LAS RUEDAS DEL AUTOBÚS. ♪

Dile a 5 personas
cómo se llama tu
maestro/a.

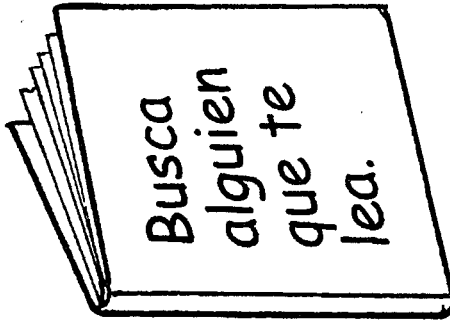


Salta con los
pies juntos.

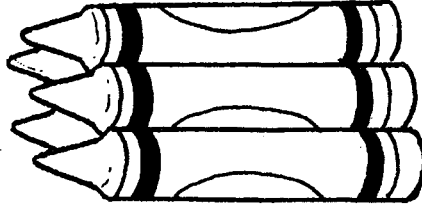
¿Cuántas
veces
puedes
saltar sin
parar?



Busca
alguien
que te
lea.



Haz y
colorea un
dibujo
tuyo.



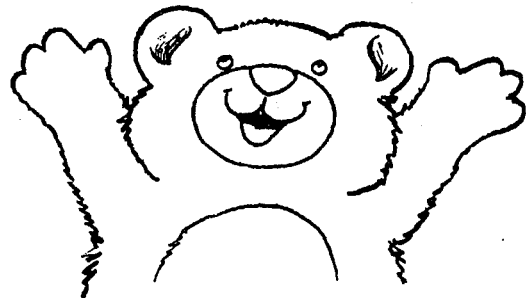
Nombre del niño/a

Nombre de uno de los padres

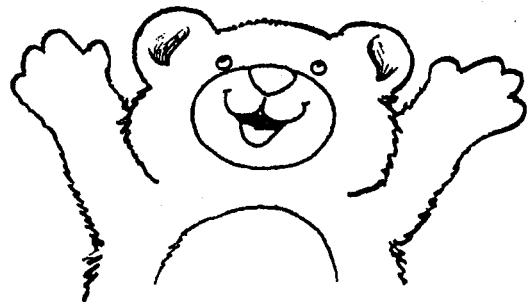
Blocktastic Blocks

www.bbblocksonline.com

This is me.



Ésta/e soy yo.

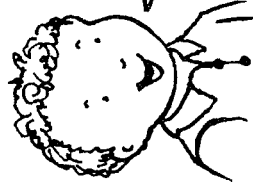


On Track To KINDERGARTEN

Question of the Week:
What's your favorite snack?

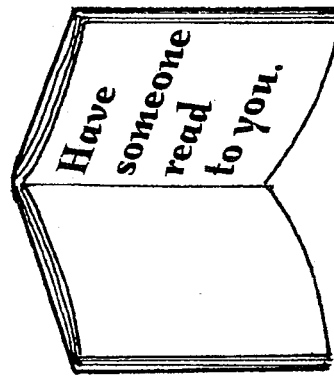
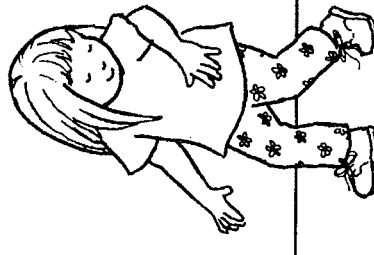
September - Week 2

Name as many children in
your class as you can.



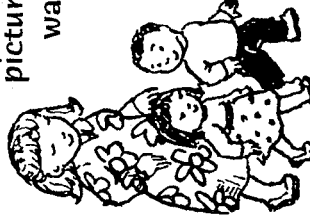
Paul
Jud
Rosa

Walk backwards from the
kitchen to your bedroom.



OFF TO SCHOOL

Help the children in the
picture find their
way to school.



Sing WHERE IS THUMBKIN?

Child's Name _____

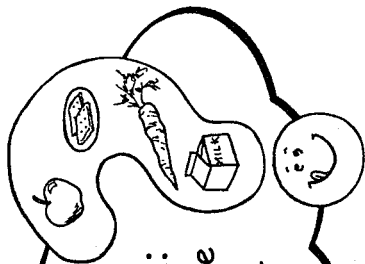
Parent's Name _____

Building Blocks

www.bbblocksonline.com

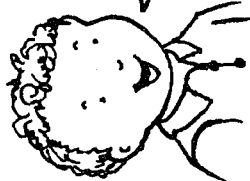
Camino al KINDER

Pregunta de la semana:
¿Cuál es el refrigerio que más te gusta ? _____



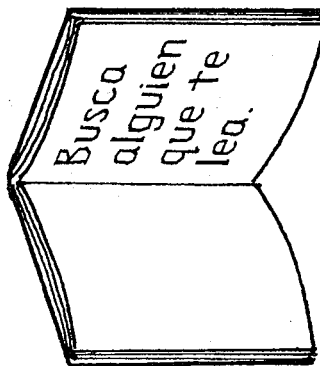
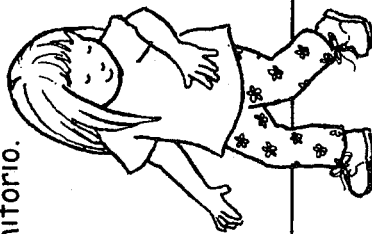
Septiembre - Semana 2

Di el nombre de todos los niños de tu clase que puedas recordar.



Paul
Jud
Rosa

Camina hacia atrás desde la cocina hasta tu dormitorio.



CAMINO A LA ESCUELA

Ayuda a los niños del dibujo a encontrar el camino a la escuela.



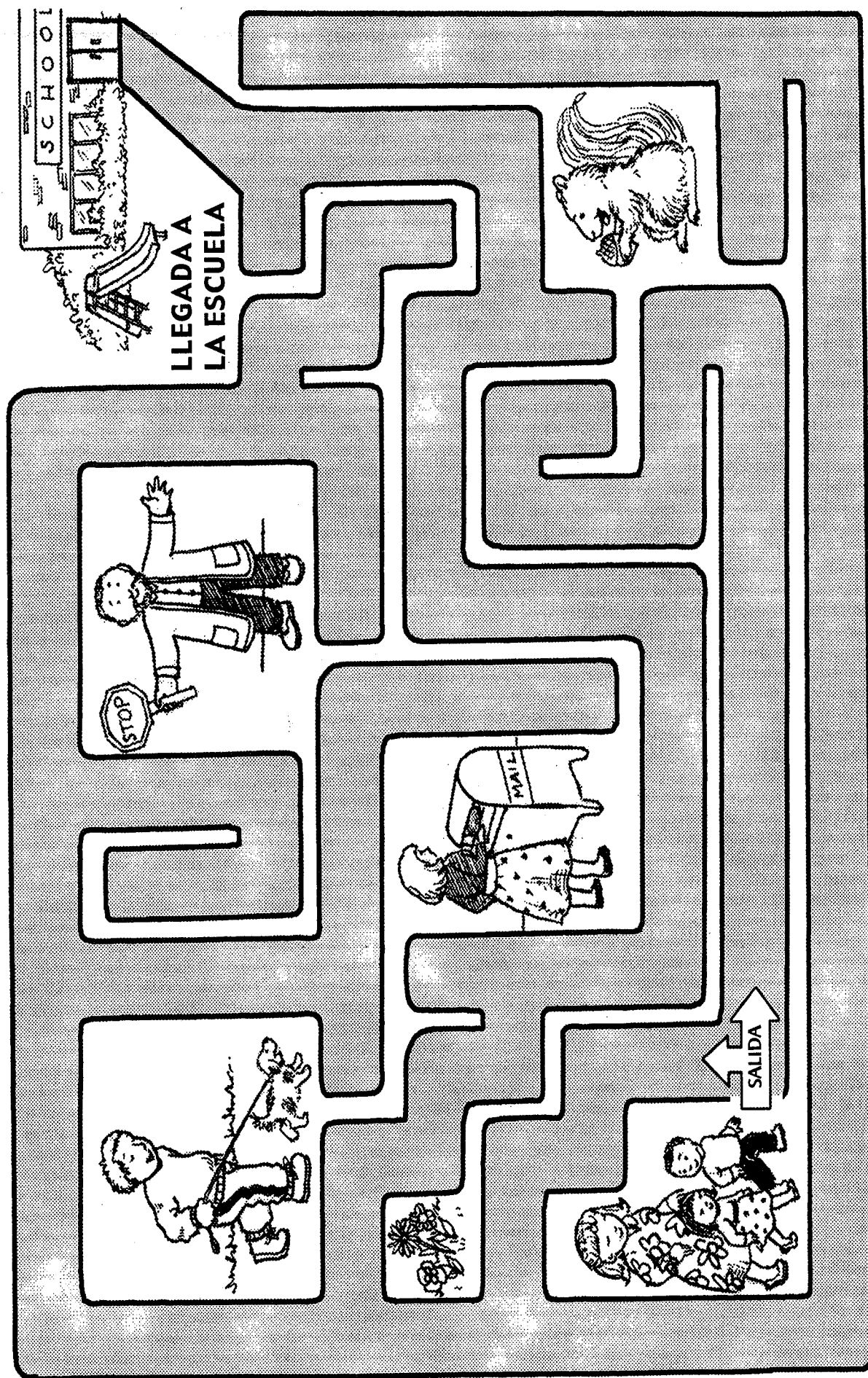
♪ Canta ¿DÓNDE ESTÁ GORDO? ♪

Nombre del niño/a _____

Nombre de uno de los padres _____

Building Blocks

www.bbblocksonline.com



Ayuda a los niños del dibujo a encontrar el camino a la escuela.

On Track To KINDERGARTEN

Question of the Week:

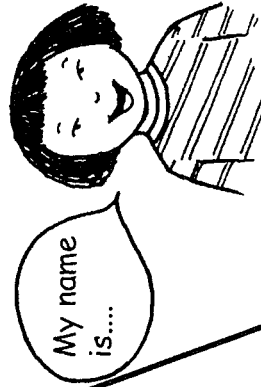
What color bike would you like to have?



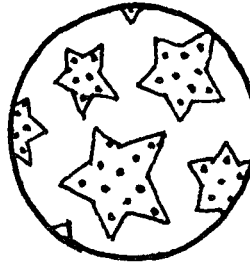
September - Week 3

 Sing MARY HAD A LITTLE LAMB.

Tell 3 people your first, middle, and last name.

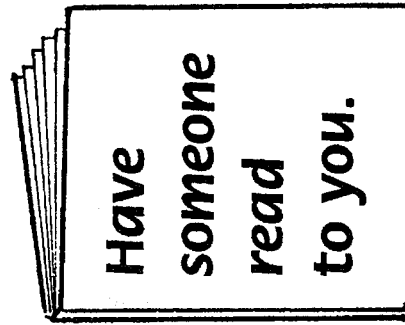
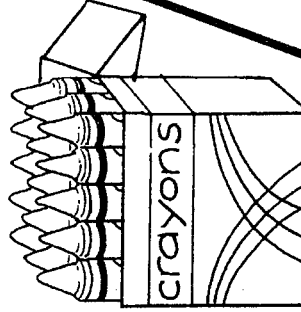


Play BOUNCE-CATCH with a ball.



How many times can you catch it?

Draw and color a picture of how you look when you are happy and when you are sad.



Child's Name _____

Parent's Name _____

Building Blocks

www.bbblocksonline.com

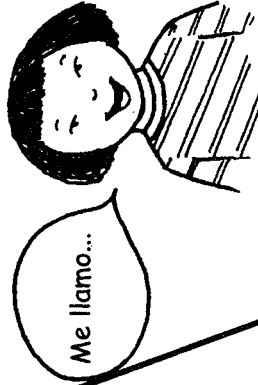
Camino al KINDER

Pregunta de la semana:
¿De qué color es tu bicicleta?

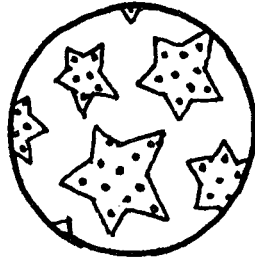
Septiembre - Semana 3

♪ Canta MARY HAD A LITTLE LAMB. ♪

Dile a 3 personas tu
nombre, segundo nombre
y apellido.

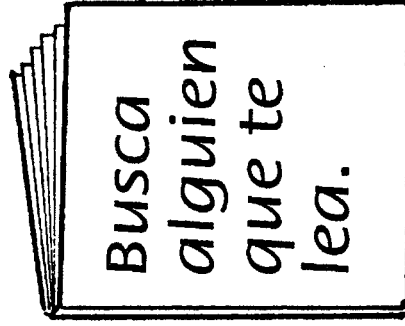
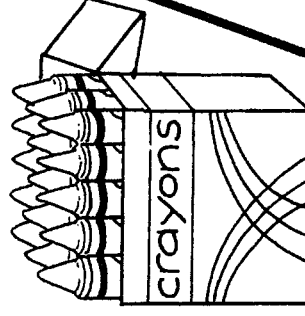


Tira una pelota y cógela.



¿Cuántas veces la
puedes coger?

Haz y colorea un dibujo
tuyo cuando estés feliz y
cuando estés triste.



Nombre del niño/a

Nombre de uno de los padres

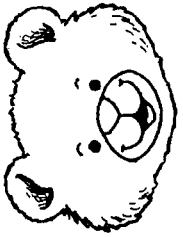
BlockLocks

www.bbblocksonline.com

I am sad.



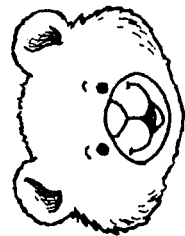
I am happy.



Estoy triste.



Estoy feliz.



On Track To KINDERGARTEN

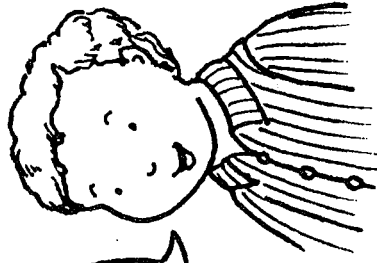
Question of the Week:

Where do you like to play on the playground?

September - Week 4

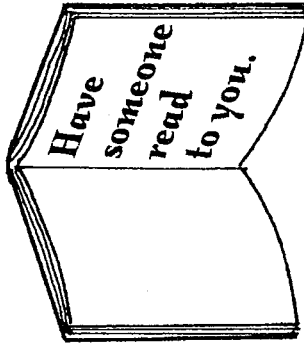
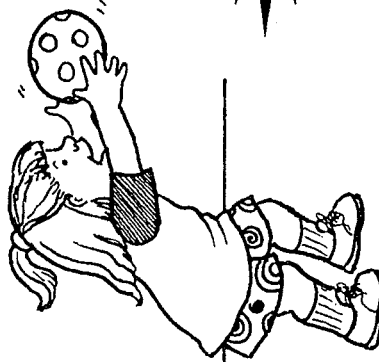
Learn and recite JACK AND JILL.

Tell 5 people how you spell your first name.

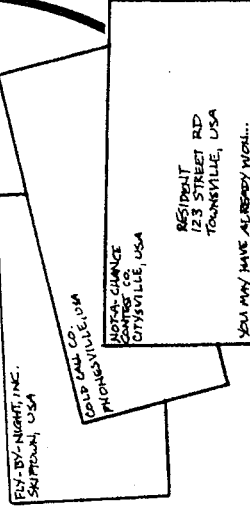


M..a...

Play CATCH with a grown-up.



Ask Mom or Dad for some "junk mail." Fold each piece as small as you can.



BONUS GAME

Play WHAT'S WRONG?

Child's Name _____

Parent's Name _____

Building Blocks

www.bbblocksonline.com

Camino al KINDER

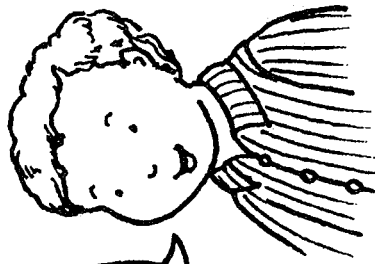
Pregunta de la semana:

¿En qué parte del campo de recreo prefieres jugar?

Septiembre - Semana 4

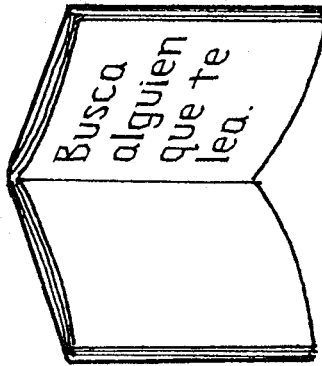
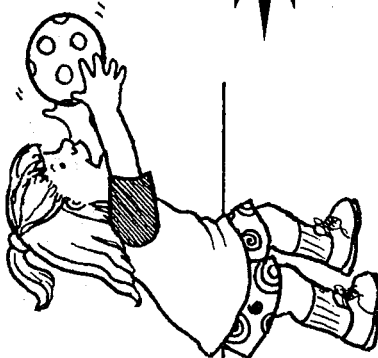
Aprende y recita JACK AND JILL.

Dile a 5 personas cómo escribir tu nombre.



M..a...

Juega a la pelota con un adulto.



Pide a tu mami o/a tu papi unas piezas de correo de propaganda. Dobla cada una lo más pequeña que puedas.

POY-DY-HUNT INC.
BARTON, USA

LOIS GUN CO.
MICHIGANVILLE, USA

JOHN J. JAMES
COTYVILLE, USA

RESIDENT
23 STREET RD
TOWNVILLE, USA

YOU MAY HAVE ALREADY WON!!

JUEGO EXTRA

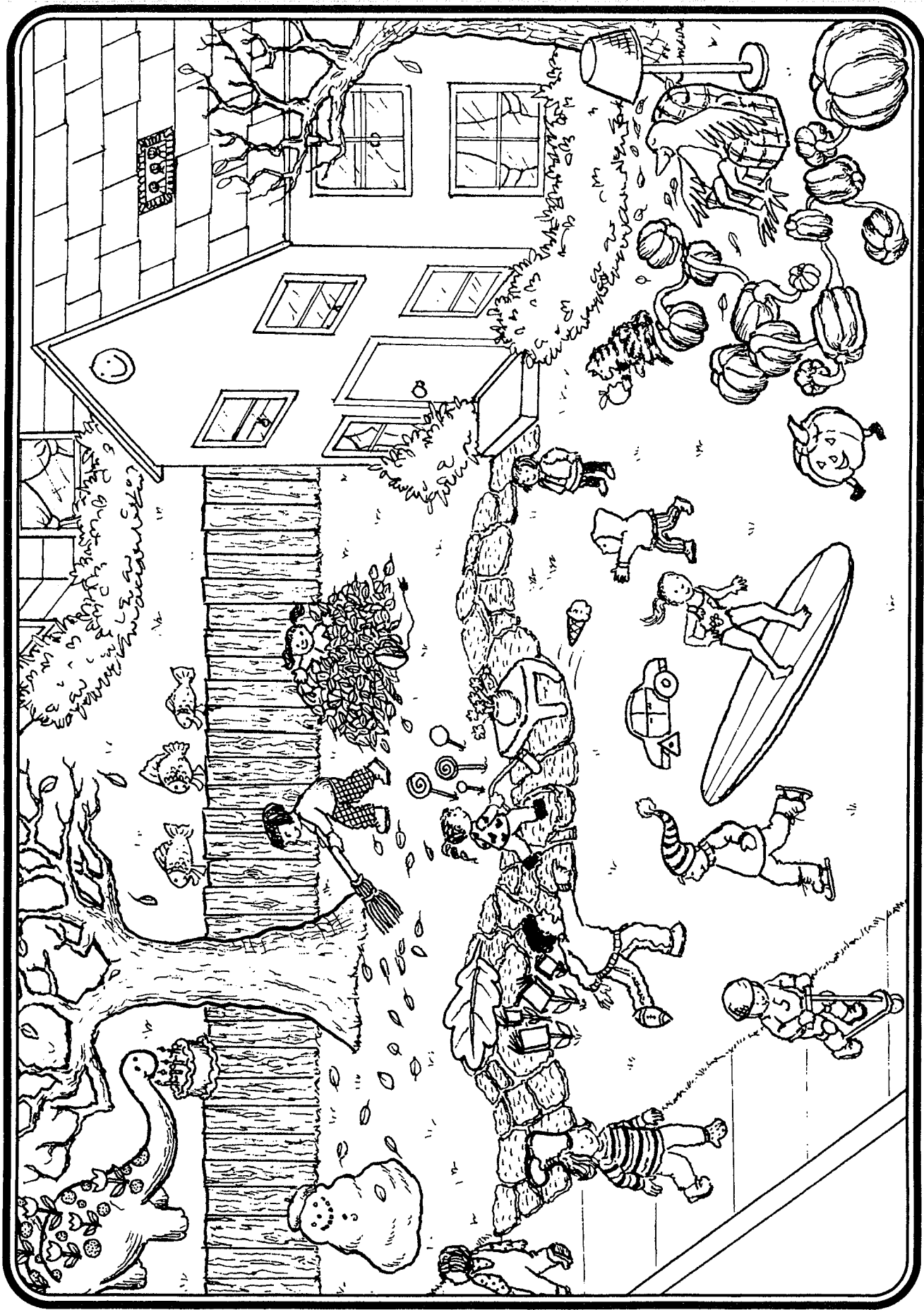
¿HAY ALGO MAL?

Nombre del niño/a

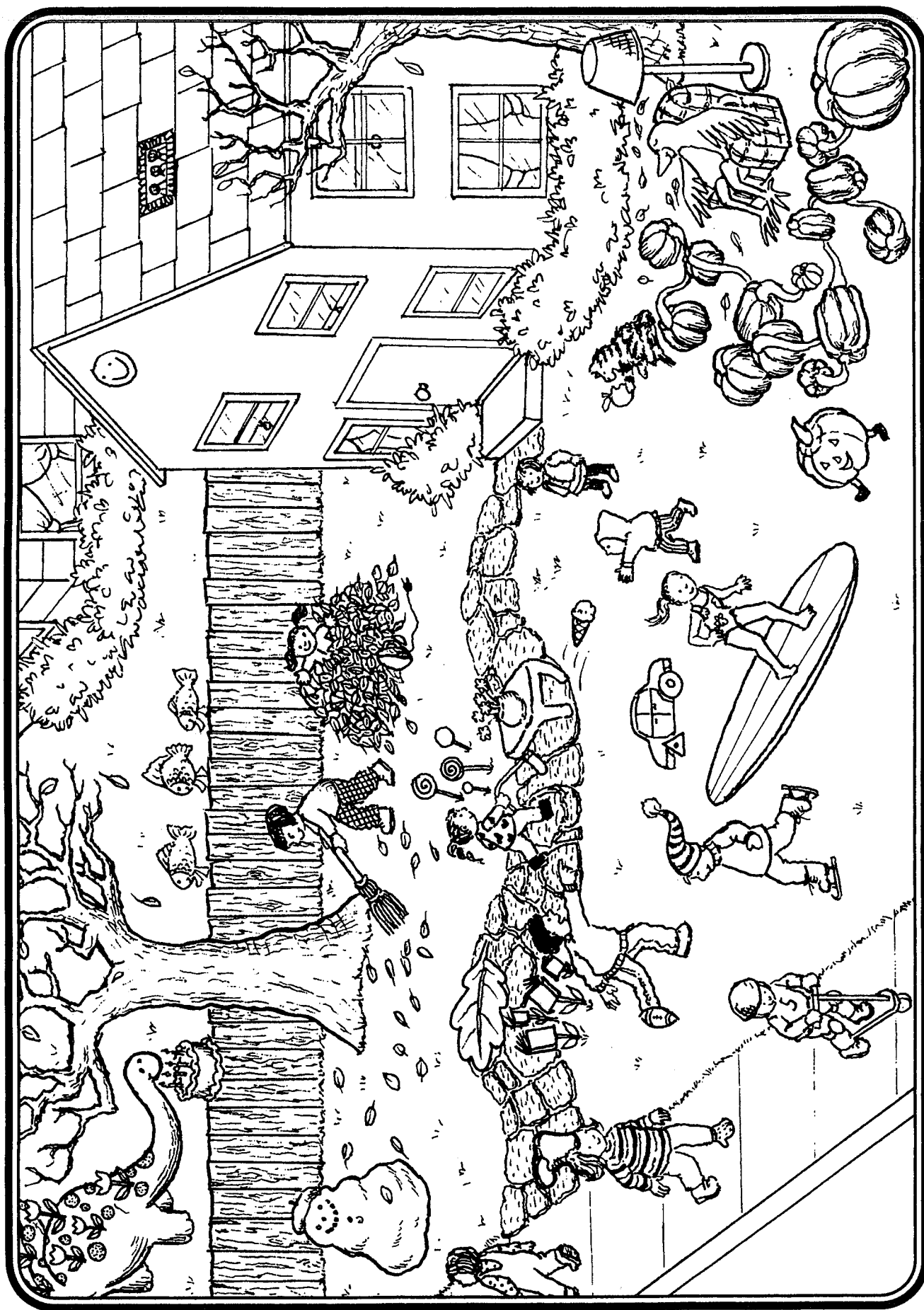
Nombre de uno de los padres

Building Blocks

www.bbblocksonline.com



WHAT'S WRONG? Look at the picture and find all the things that are wrong.



¿HAY ALGO MAL? Mira con cuidado este dibujo de otoño para encontrar lo que está mal.