



CENTRO DE RECURSOS PARA LAS FAMILIAS DE NEW BRITAIN

Las Ultimas Noticias y Actualizaciones



¡Comunidades Saludables, Niños Saludables!

Por Melinda Eberle

Este mes, nos complace compartir cómo nuestros increíbles colaboradores comunitarios trabajan juntos para mantenernos sanos, seguros y prósperos. Al igual que los superhéroes, nuestra comunidad está llena de héroes cotidianos que trabajan incansablemente para mantener nuestra salud y bienestar. Estas personas especiales visten uniformes, utilizan herramientas importantes y dedican sus vidas a hacer de nuestro mundo un lugar mejor y más saludable.

Nuestros defensores de la salud y la seguridad incluyen

Héroes de la salud:

- Médicos, enfermeras y dentistas que nos ayudan a mantenernos sanos y nos tratan cuando estamos enfermos
- Farmacéuticos que proporcionan medicamentos importantes
- Trabajadores de emergencias médicas que responden rápidamente cuando se necesita ayuda.

Guardianes de la seguridad:

- Policías y bomberos que protegen a nuestra comunidad
- Guardias de cruce que nos mantienen seguros de camino a la escuela
- Enfermeras escolares que nos cuidan durante la jornada escolar

Proveedores de nutrición:

- Agricultores que cultivan alimentos frescos y saludables
- Trabajadores de la cafetería escolar que preparan comidas nutritivas
- Trabajadores de supermercados que se aseguran de que tengamos acceso a buenos alimentos

Guardianes de un ambiente limpio:

- Conserjes que mantienen limpias nuestras escuelas y edificios
- Recolectores de basura que retiran los desechos para prevenir enfermedades
- Trabajadores de tratamiento de agua que garantizan que tengamos agua potable limpia

¡Cómo podemos ser nosotros también ayudantes de la salud! Anime a su hijo a pensar en cómo puede ser un ayudante de la salud comunitaria:

- Lavarse las manos con frecuencia para prevenir la propagación de gérmenes
- Comer alimentos nutritivos para mantenerse fuerte
- Dormir lo suficiente y hacer ejercicio
- Ser amable con los demás (¡buena salud mental!)
- Seguir las normas de seguridad en la escuela y en casa
- Ayudar a mantener limpias nuestras aulas y nuestra comunidad

Consejos para el mes

Por: Mrs. Nebby Sanchez

¿Por qué es importante jugar con los dedos para los niños?

El juego con los dedos son movimientos de las las manos coordinados con una canción, una rima o, en ocasiones, con un cuento. Los movimientos pueden ser de motricidad gruesa, lo que significa que involucran toda la mano en un movimiento amplio, como agitar. O podrían ser finos, donde involucran movimientos más pequeños y detallados de los dedos.

Finger Play Song ayudan a desarrollar habilidades motoras finas y es fundamental para los niños porque aumenta:

- Las habilidades del lenguaje oral: Al cantar las mismas canciones, sonidos y palabras, su hijo está ampliando sus habilidades del lenguaje oral al "ejercitar" los músculos de la boca.
- Imaginación: Cuando un niño juega con los dedos, tiene que crear imágenes en su mente para acompañar las canciones.
- Desarrollo cerebral: Las investigaciones nos dicen que memorizar canciones y rimas promueve un desarrollo cerebral saludable.
- Habilidades Sociales: Cuando un niño aprende a jugar con los dedos en la casa, está en una buena posición para disfrutar de esas mismas canciones y acciones en un entorno social en el pre-escolar o la guardería.
- Compromiso: Para los niños a quienes les resulta difícil relacionarse con los demás, el juego con los dedos es una forma de interacción de baja intensidad.
- Comprensión: Se pueden introducir nuevos conceptos como colores, formas, movimientos y más a través de canciones de juegos con los dedos en una forma divertida.

NIÑOS PEQUEÑOS SALUDABLES

Por: Ms. Lila Ocasio

EN MARZO, CUANDO SE ENFOQUEN EN LA SALUD DE LOS NIÑOS PEQUEÑOS, DÉ PRIORIDAD A OFRECER UNA VARIEDAD DE FRUTAS Y VERDURAS FRESCAS, GARANTIZANDO PRÁCTICAS DE HIGIENE ADECUADAS COMO LAVARSE LAS MANOS CON FRECUENCIA, PROMOVER LA ACTIVIDAD FÍSICA REGULAR, MANTENER UN HORARIO DE SUEÑO CONSTANTE INVOLUCRANDO A TODA LA FAMILIA EN HÁBITOS DE ALIMENTACIÓN SALUDABLE PARA DAR UN EJEMPLO POSITIVO.

Dieta balanceada:

- Ofrezca una amplia variedad de frutas y verduras coloridas en cada comida.

Prácticas de higiene:

- Enséñele a su niño pequeño a lavarse bien las manos antes de comer y después de ir al baño.

Actividad física:

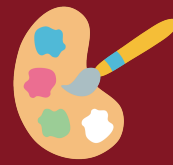
- Fomente el tiempo de juego activo al aire libre, como correr, saltar y jugar con pelotas.

Rutina de sueño:

- Establezca una rutina constante a la hora de acostarse con actividades relajantes.

Participación familiar:

- Convierta las comidas en un asunto familiar, comiendo alimentos saludables juntos.



Artesanía Y Diversión



RINCON DEL PERSONAL

TRADUCIDO POR: MRS. NEBBY SANCHEZ

CHAMBERLAIN ELEMENTARY SCHOOL FRC
120 NEWINGTON AVE. NEW BRITAIN 06051
LILA OCASIO, FSL (860) 832-5691

OCASIO@CSDNB.ORG

NEBBY SÁNCHEZ, FSL 860-860-225-8647
SANCHEZN@CSDNB.ORG

JEFFERSON ELEMENTARY SCHOOL FRC
140 HORSEPLAIN RD. NEW BRITAIN 06053
MARSHA MICHAUD, FSL 860-224-3193
MICHAUMA@CSDNB.ORG

NEBBY SÁNCHEZ, FSL 860-225-8647
SANCHEZN@CSDNB.ORG

SMITH ELEMENTARY SCHOOL FRC
142 RUTHERFORD ST. NEW BRITAIN 06051
MELINDA EBERLE, FSL 860-223-8819
EBERLE@CSDNB.ORG

NEBBY SÁNCHEZ, FSL 860-225-8647
SANCHEZN@CSDNB.ORG

LAS MEJORES ACTIVIDADES EN CT PARA LAS FAMILIAS EN MARZO 2025

- TALLER DEL DÍA DE SAN PATRICIO
HAGA CLICK AQUI PARA OBTENER
MÁS INFORMACIÓN!

- ST. PATRICK'S DAY FAMILY EVENT FOR
TODDLERS & PRESCHOOLERS - HAGA
CLICK AQUI! PARA OBTENER MAS
INFORMACION SOBRE LA ENTRADAS!

- Frozen: the Musical at New
Britain High School Haga
Click Aqui para obtener mas
informacion!

