



CENTRO DE RECURSOS PARA LAS FAMILIAS DE NEW BRITAIN

Las Ultimas Noticias y Actualizaciones



Verano!

Por: Ms. Lila Ocasio

Como ha pasado volando el año escolar. Pronto sus pequeños estarán persiguiendo las mariposas, nadando en la playa y jugando en la arena. Sé que todos estamos listos para esas cálidas noches de verano junto a una fogata, disfrutando de nuestras familias y reflexionando sobre el año que hemos tenido.

Este año nuestros amigos del FRC han aprendido mucho. Hemos trabajado constantemente en nuestras habilidades motoras finas, cortando y moldeando plásticina. Hemos aprendido a trazar las letras del alfabeto y hemos trabajado en el reconocimiento de letras a través de nuestras canciones de juegos con los dedos. Nos hemos ido de aventuras a través de los cuentos y realmente hemos puesto en marcha nuestra imaginación.

Este verano continúe trabajando en todas estas cosas con sus pequeños mientras continúan desarrollando sus mentes. Tome caminatas en el parque y hable sobre la hierba, los animales y los insectos. Continúe teniendo la hora del cuento todos los días y haga que sus hijos señalen y reconozcan las cosas de los libros. Disfruta del sol, el agua y la felicidad que trae el verano.

El FRC seguirá estando aquí durante todo el verano para ofrecer ayuda con los recursos o responder cualquier pregunta que pueda tener. Hemos tenido el mejor año con ustedes y sus hijos y estamos ansiosos por verlos a todos nuevamente en septiembre. ¡Hasta la próxima familias del FRC!



CONSEJOS DEL MES

Por: Ms. Nebby Sánchez

- **Mantente Hidratado:** La deshidratación es otro problema de seguridad durante los meses de verano. Asegúrese de beber suficientes líquidos a lo largo del día, ya que nuestro cuerpo puede perder mucha agua a través de la transpiración cuando hace calor.
- **Protege tu Piel:** Use protector solar 30 minutos antes de salir. Vuelva a aplicar protector solar cada dos horas o después de nadar o sudar. Limite la exposición al sol durante las horas de mayor intensidad, entre las 10 a.m. y las 4 p.m. Permanezca en la sombra siempre que sea posible.
- **Seguridad en el Agua:** Recuerde siempre contar con la supervisión de un adulto para los niños. Ya sea que estén en la piscina o jugando en la arena a la orilla del mar, tener a alguien que pueda ayudarlos, en caso de que surja una emergencia, es esencial.
- **Seguridad Ocular:** La luz ultravioleta (UV) del sol puede dañar los ojos. Use anteojos de sol durante todo el año siempre que esté expuesto al sol. El daño solar a los ojos puede ocurrir en cualquier época del año. Elija tonos que bloqueen del 99 al 100 por ciento de la luz UVA y UVB.
- **Seguridad Deportiva:** No solo heridas pueden ocurrir, sino que el agotamiento por calor y la deshidratación pueden ocurrir con más frecuencia en los meses de verano. Es útil estar condicionado a las actividades en las que nos estamos preparando para participar. Calientese, estírate, prepárate, ve con un amigo y recuerda enfriarte y estirarte después.

Bienestar en el Verano

Por: Ms. Emily Sirois

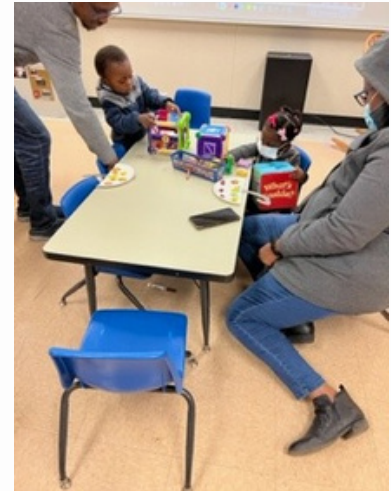
Seamos realistas, los niños en estos días están creciendo de una forma muy diferente a como lo hacíamos nosotros hace mucho tiempo. Los dispositivos electrónicos encabezan la lista de las actividades preferidas de la mayoría de los niños y, debido a la fuerte dependencia de la tecnología, los niños, al igual que los adultos, pasan cada vez menos tiempo al aire libre. Jugar al aire libre es una forma sencilla de mejorar la salud de su hijo ahora y en el futuro. Estas son algunas de las formas en que jugar al aire libre tiene un efecto positivo en los niños:

- **Sol:** ¡Nuestros cuerpos necesitan del Sol! Ayuda a producir vitamina D, que juega un papel importante en el desarrollo de los huesos y mantiene fuerte nuestro sistema inmunológico.
- **Ejercicio:** Los niños pequeños deben estar activos durante una hora todos los días y jugar al aire libre es una excelente manera de alcanzar esa meta!
- **Función ejecutiva:** Esto incluye habilidades que nos ayudan a priorizar, solucionar problemas, negociar y realizar múltiples tareas. El funcionamiento ejecutivo es crucial para nuestro éxito futuro y estas habilidades deben practicarse: pasando tiempo al aire libre con otros niños, inventando juegos, descifrando cosas y entreteniéndose al aire libre le dará a su hijo amplias oportunidades para practicar.
- **Asumir Riesgos:** Como padres y tutores, los comportamientos de riesgo pueden provocar ansiedad. Pero si mantenemos a nuestros hijos en una burbuja y nunca permitimos que asuman riesgos, nunca sabrán lo que pueden hacer por sí mismos y pueden terminar sin la confianza y la valentía necesarias para asumir otros riesgos. Sí, puede haber lesiones y vergüenza. ¡Eso no significa que los niños no deban intentarlo! Las lecciones aprendidas al tomar riesgos son tan importantes como las aprendidas por el éxito.
- **Socialización:** Los niños necesitan aprender a trabajar juntos. Necesitan hacer nuevos amigos, cómo compartir, cooperar y, sobre todo, cómo tratar a los demás. Si solo interactúan en entornos muy estructurados (es decir, la escuela), no aprenderán, y no pueden, todo lo que necesitan saber sobre la interacción con otras personas en el mundo real.

Entonces, pensemos en volver a hacer lo que hicieron nuestros padres. ¡Haga salir a sus hijos y siéntase libre de unirse a ellos! Cualquiera que sea la edad que tengas, donde sea que estén tus intereses, no hay aspectos negativos con la naturaleza.



Artesanía Y Diversión



RINCON DEL PERSONAL

TRADUCIDO POR: MRS. NEBBY SANCHEZ

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

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

SMITH ELEMENTARY SCHOOL FRC
142 RUTHERFORD ST. NEW BRITAIN 06051
EMILY SIROIS, FSL 860-223-8819
SIROISE@CSDNB.ORG
NEBBY SÁNCHEZ, FSL 860-225-8647
SANCHEZN@CSDNB.ORG



LAS MEJORES ACTIVIDADES DE CT PARA LAS FAMILIAS EN JUNIO 2023



- AUTO-CINE DE SOUTHINGTON! [CLICK HERE](#) PARA MAS INFORMACIÓN!



- CONCIERTOS EN NEW BRITAIN EN EL PARQUE! [CLICK HERE](#) PARA MAS INFORMACIÓN!



- FESTIVAL DE STRAWBERRY! [CLICK HERE](#) PARA MAS INFORMACIÓN!