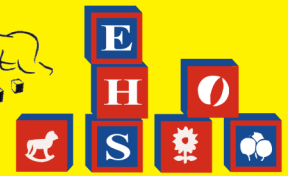


ABRIL 2014

Publicación mensual de PCCEO Head Start & Early Head art

PCCEO



Defensor

Lectura a la Biblioteca de la Rama Lincoln

La Biblioteca Pública de Peoria de la Rama Lincoln ha recibido una beca para hospedar un programa de la alfabetización familiar.

“El programa, Prime Time Tiempo de Lectura Familiar, enfoca en los niños de edad 6 a 10 quienes pueda experimentar dificultad de leer y sus padre en un esfuerzo para promover un amor de toda la vida para el aprendizaje por leer,” dice Cynthia Smith, gerente de Rama.

Prime Time, un serie de seis semanas de lecturas y programas de discusión, se incluye sesiones sobre temas como la justicia, la avaricia, el coraje, el ingenio y la determinación. Un líder de discusión y un narrador les introducen los beneficios y placeres de lectura y discusión de cuentos a los padres.

El programa aspira a expandir el entendimiento de los participantes sobre la lectura por el uso de la literatura infantil con substancial contenido sobre las humanidades. Se fije en expandir la enseñanza de literatura, historia, y valores culturales.

Se ofrece este programa gratis a familias con niños de edad de 6 y más los lunes a las 5:30pm, 14 de Abril hasta el 19 de Mayo. Prime Time tundra lugar a la Biblioteca de la Rama Lincoln, 1312 West Lincoln Ave. in Peoria. Bocadillos sanos estarán provistos. Los participantes deben inscribir por llamar (309) 497-2600

Prime Time está patrocinado por Peoria Public Library, Illinois Humanities Council, Louisiana Endowment for the Humanities, National Endowment for the Humanities and the American Library Association.



ENFOQUE

PCCEO Head Start es un programa para niños y familias el cual no solo prepara sus niños para hacer la transición a kindergarten sino que también celebra y reconoce los logros de nuestros padres. Este mes estamos enfocando nuestra atención en una joven madre la cual está tomando partido de las oportunidades educativas y entrenamientos que nuestro programa ofrece.

Nuestro enfoque este mes es en Latreeka Davis madre de dos hijas, Michole Williams, quien es estudiante en Webster Head Start Salón 10PM y Mi Angel Williams, quien está actualmente pasando por el proceso de matrícula en Webster Head Start.

Latreeka es un valioso miembro del programa de Servicios de Apoyo en Webster Head Start. Sus responsabilidades incluyen: el monitoreo de autobuses, auxiliar de cocina y del comedor, asistente en el salón/“floor runner”, ayudante en la oficina y asistente de mantenimiento.

Latreeka está interesada en obtener su GED, poder ir a la escuela de cosmetología y tener su propio salón de belleza. Ella quiere ser un ejemplo para sus hijas, estar presente y participar en todo momento en sus vidas y ayudarles a alcanzar todas sus metas.

Mantiene esa actitud positiva y sonrío porque sabemos que puedes y harás todo aquello que te propongas.

PCCEO Head Start te felicita!

la aptitud para usted

Comer sano estar activo para su mayor bienestar.

¿Es más importante para su salud dieta o ejercicio? Usted pudo haber visto noticias que declaran uno o el otro un "ganador" para ciertas metas de salud. Una mirada más cercana demuestra que un sano equilibrio le ayudará a salir adelante.

Controlar su peso:

puede ser más fácil de cortar 500 calorías de su dieta diaria que al quemar 500 calorías en la cinta, pero es la línea de fondo que cuenta. Comer menos calorías de las que quema cada día y perder peso. Expertos coinciden en que una dieta saludable y ejercicio son importantes para mantener un peso saludable.

Si usted está tratando de perder peso, tenga cuidado de no sobrestimar las calorías ejercicio quema o comer en exceso como recompensa.

Sentir energético: la actividad física puede aumentar rápidamente su nivel de energía y su estado de ánimo. Buena nutrición y comidas oportunas proporcionan un suministro constante de energía todo el día.

Prevenir la enfermedad: ambos sano comer y el ejercicio pueden ayudar a prevenir la diabetes, enfermedades del corazón y algunos tipos de cáncer.

Ayuda a dormir con dieta ejercicio.

¿Hambre? Puede que necesite dormir más en su lugar. No dormir lo suficiente puede aumentar su apetito, mientras que los hábitos saludables de alimentación y el ejercicio pueden ayudar a dormir bien. Los adultos necesitan alrededor de 7 a 9 horas de sueño cada noche. Para dulces sueños:

- Evite la cafeína en la tarde y la noche.
- Encajar su ejercicio tres horas o más antes de dormir por lo que su cuerpo tiene tiempo para calmarse.

Source: CDC, EatingWell, USDA, Mayo Clinic, Women's Health, Real Simple, New York Times, Shape.

Como mantenerse seguro durante un tornado.

SI USTED ESTÁ EN:

DEBE :

Una estructura

- Diríjase a un área de refugio predesignada, como una habitación segura, un sótano, un sótano para casos de tormenta o a la planta más baja del edificio. Si no hay sótano, diríjase al centro de una habitación interna en la planta más baja (armario, pasillo interno) lejos de las esquinas, las ventanas, las puertas y las paredes externas. Trate de que haya la mayor cantidad de paredes posible entre usted y el exterior. Cúbrase debajo de un mueble resistente y use los brazos para protegerse la cabeza y el cuello.
- Si está en un edificio alto, diríjase a una habitación interna pequeña o pasillo en la planta más baja posible.
- Use calzado resistente.
- No abra las ventanas.

Una casa rodante o vivienda móvil

- Salga de inmediato y diríjase a la planta más baja de algún edificio cercano resistente o a un refugio para casos de tormenta. Las viviendas móviles

Al aire libre, sin refugio

- Ingrese en un vehículo de inmediato, abróchese el cinturón de seguridad e intente conducir hasta el refugio resistente más cercano.
- Si, mientras conduce, su vehículo sufre el impacto de escombros arrastrados por el viento, detenga el vehículo y estacione.
- Permanezca en el automóvil con el cinturón de seguridad abrochado. Agache la cabeza por debajo del nivel de las ventanillas y cúbrase con las manos y con una manta, abrigo o algún otro objeto que sirva de amortiguación, de ser posible.
- Si puede ir de manera segura a algún lugar mucho más bajo que el nivel de la carretera, abandone el automóvil y acuéstese allí cubriéndose la cabeza con las manos
- No se coloque bajo cruces elevados ni puentes. Estará más seguro en un lugar bajo y plano.
- Nunca trate de ganarle a un tornado en áreas urbanas o congestionadas en un automóvil o camión. En lugar de ello, abandone el vehículo inmediatamente y busque un refugio seguro.
- Esté atento a los escombros que arrastra el viento. Estos escombros arrastrados por los tornados provocan la mayor parte de las muertes y lesiones.

ATENCION—SE BUSCAN A PAPAS DE HEAD START CON SUS HIJOS/HIJAS

Los necesitamos para que formen parte del Desfile de Moda con papá, tío, abuelo, guardián y/o hermano que se celebrará el 25 abril de 2014 de 6pm a 8pm en el auditorio de la Escuela Manual. Los programas Head Start y Early Head Start están buscando al papá sofisticado, elegante, guapo, con "swag," para participar en un desfile de moda. Sólo hay una condición para los papás, su hijo(a) debe participar también.

Imagínense las luces, la gente gritando su nombre y usted pudiendo compartir ese momento con su hija y /o hijo. Esta es una oportunidad para crear un momento maravilloso para usted y su niños(as). Sus familiares y amigos estarán hablando sobre este evento por largo tiempo.

Si está interesado en participar, por favor llame al 309-671-3960 a Vance Jordan o Marta Ramos Ford o por correo electrónico a vjordan@pcceo.org o mramos@pcceo.org. También puede pasar por el Centro Webster Head Start ubicado en 923 W. Millman, Peoria, IL.

Les Deseamos una Pascua Feliz y Saludable!



Al acercarse el Día de Pascua cada año, los niños se emocionan pensando en las canastas llenas de golosinas que el conejito de Pascua les trae.

La mayoría de las veces estas canastas están llenas hasta el tope con dulces. Aunque los dulces en pequeñas cantidades están bien en moderación, comer muchos dulces puede causar exceso de azúcar en el cuerpo y pueden crear caries, aumento de peso y diabetes. Es necesario que la canasta de Pascua contenga artículos más saludables siguiendo los siguientes consejos:

- Compre el chocolate negro en lugar de chocolate con leche ya que el chocolate negro es saludable para el corazón.
- Ponga fresas, uvas y plátanos en chocolate derretido y refrigere como una porción de fruta.
 - Compre galletas de trigo en forma de conejito (marca Annie's) en variedad de sabores para seguir con el tema de Pascua.
- Ponga zanahorias, ya que son las favoritas del Conejito de Pascua!
- Obtenga artículos no comestibles para fomentar el ejercicio, tales como tiza de acera o una cuerda para saltar.
- Proporcionar otros artículos no comestibles, tales como libros, rompecabezas, "stickers," páginas para colorear, lápices de colores, rotuladores, pinturas de agua, pequeños juguetes o peluches que se pueden utilizar en un lluvioso día de primavera.

Janelle Medernach
Bradley University/ Depto.
de Nutrición

Recursos de Verano

Información sobre la Biblioteca Pública de Peoria

<http://www.peoriapubliclibrary.org/kid-events>

PPL tiene información sobre oportunidades de programas para niños y la familia.

Common Place www.commonplace.org

Programas para los jóvenes durante el verano que les dan a los jóvenes la oportunidad de estudios, quehaceres, y prestaciones.

Neighborhood House

<http://www.nhpeoria.org/childcare.html>

Programas de Guardería—Peoria House

Guardería autorizada para la edad de 6 semanas hasta 12 años de edad 6:30 a.m. to 5:30 p.m.

- Seis salones para los niños ubicados según a sus edades
- Personal experimentado
- Uso de currículo creativo
- El personal monitoriza el desarrollo de cada niño mensualmente
- Se acepta Child Care Connection, las custodias del Estado cubiertas por DCFS, y familias de pago privado
- Un programa Latchkey para niños de edad escolar, con la habilidad de recoger y dejar los niños quienes asisten las escuelas Harrison y Roosevelt.
- Una salón financiado por el programa estatal de Pre-escuela Para Todos con un maestro de infancia temprana certificado por el estado de Illinois
- Dos lugares separados para jugar afuera disponibles a todos los niños, un infante/ niño pequeño y uno Pre-K/ edad escolar
- Juego activo adentro
- Campamento de verano para los niños de edad escolar durante los meses de verano... paseos, programas, oradores invitados, las manualidades, experimento divertido

Información sobre el Campamento de YMCA

<http://peoriaymca.org/programs/youth-programs/day-camp/>

Tiene información sobre el nuevo campamento para los niños de edad 3-5. Se acepta asistencia de conexiones al cuidado, y también se tienen becas disponibles. El campamento se llama "Little Scribblers."

Family Core - El Corazón de Peoria Programa al Terminar Escuela y Programa de Verano

Este programa se fija en los académicos y dirige los lunes a viernes durante el año escolar. Los niños participan en tutorías diarias con un foco en la lectura y matemáticas. Actividades adicionales se incluyen entrenamiento en las destrezas sociales y actividades recreativas y educativas. Durante el verano, los niños participan en una 8 semana campamento durante el día que incluye una variedad de actividades recreativas y educativas.

www.familycore.org

Información sobre el Distrito de Parques de Peoria

Zono de Campamento/Aprendices Tempranas: Edades 4-5 años

Steve Montez, 681-2865 o smontez@peoriaparks.org

Glen Oak Park (GO), 2218 N. Prospect Rd, Peoria OR

Franciscan Rec Center (FRC), 908 Sterling Ave, W. Peoria

Únase a nosotros para las Aprendices Tempranas, un programa medio día para los niños de 4-5 años. Juegos, manualidades, tiempo de jugar, actividades de deportes y nuevo amigos se hace el aprendizaje divertido y natural. Nuestras actividades se fijan en socialización y el desarrollo de los motores de la infancia temprana. El campamento tiene lugar por un medio día, lunes a viernes 9:00a.m. a Mediodía Cuotas-R/NR: \$58.00/\$67.00 (*la quinta semana cortada debido a una fiesta 5 \$47/\$54)

El campamento tiene lugar en (elija uno): Glen Oak Park (GO) O Franciscan Recreation Complex (FRC)

Crittenton Centers ¡Se acepta nuevas inscripciones en los Centros del Desarrollo de Niños!

Tenemos varios cupos en la guardería y programas de pre-escuela. Inscriba para el 1 de Abril y ¡renunciaremos la cuota de \$25 para la aplicación! Para más información, llame a Sarah Juerjens, Coordinadora del Centro del Desarrollo de Niños, a 309-674-0105 x 206 o sarahj@crittentoncenters.org.

abril 2014

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
HS Receso de Primavera	1 HS Receso de Primavera ESL Class 8:30-11:30am	2 HS Receso de Primavera	3 HS Receso de Primavera ESL Class 8:30-11:30am	4 HS Receso de Primavera
7	8 ESL Class 8:30-11:30am	9	10 ESL Class 8:30-11:30am EHS Se Importa la Concina 5-7pma la Tienda de Hy-Vee	11
14 "Donas con papa" durante el comienzo de cada sesión(am/pm)	15 ESL Class 8:30-11:30am "Donas con papa" durante el comienzo de cada sesión(am/pm)	16 "Donas con papa" durante el comienzo de cada sesión(am/pm)	17 ESL Class 8:30-11:30am "Donas con papa" durante el comienzo de cada sesión(am/pm)	18 "Donas con papa" durante el comienzo de cada sesión(am/pm) Professional Development HS Full Day Centers CLOSED EHS Centers Close at 11:30am
21	22 ESL Class 8:30-11:30am EHS Los "Motor Mites" 12-2pm al Franciscan Recreation Center	23	24 ESL Class 8:30-11:30am	25 25 de abril 6-pm Desfile de Moda para Papá y sus hijos (as)
28 District 150 begins Spring Break	29	30		

Unase a nuestra familia

PCCEO Head Start y Early Head Start estan aceptandos aplicaciones. Si sabe de alguien que esté interesado en un programa de educacion temprana de calidad refiéralos a los siguientes programas:

Head Start

- Niños edades 3-5
- Deben cumplir con los requisitos de elegibilidad
- Sesiones día completo y medio día
- Servicios de discapacidad, incluyendo terapia del habla y lenguaje
- Evaluaciones de audición, vision y dental

Contacto:

PCCEO Head Start
923 W. Millman Street
Peoria, IL 61605
(309) 671-3960

www.pcceo.org/headstart

facebook.com/PcceoHeadStart



Early Head Start

- Niños(as) de nacimiento a 3 años y mujeres embarazadas
- Deben cumplir con los requisitos de elegibilidad
- Socializaciones mensuales y oportunidades educativas
- Evaluaciones del desarrollo
- Educación nutricional

Contacto:

PCCEO Early Head Start
427 W. Main Street
Peoria, IL 61605
(309) 495-5254

www.pcceo.org/ehs

Estamos en Facebook! PCCEO Early Head Start

