



Early Head Start de Burke Julio 2017 Boletín

Misión del Programa Early Head Start:

- Realzar el crecimiento y desarrollo de niños pequeños
- Apoyar y fortalecer el desarrollo saludable y bienestar de la familia
- Promover resultados prenatales saludables para mujeres embarazadas
- Servir a niños con discapacidades y sus familias

Información para Contactarnos:

Burke Early Head Start
501 E. Concord St.
Morganton, NC 28655
Teléfono: 828-475-0107

www.enolagroup.org

Facebook: Early Head Start of Burke, The Enola Group

Reminder!

Zona de Hombres
Julio 20
6:00 pm-7:30 pm

Reunión de Padres
Julio 19
10:30 am-12:30 pm

Cooking Matters para Padres!

En esta clase de 6 semanas, los participantes aprendieron maneras de seleccionar, cocinar, y comprar comidas saludables mientras se ajustan a un presupuesto. Ellos disfrutaron cocinando nuevas recetas y aprendiendo unos de otros. Buena forma de hacer las cosas graduados del programa! Si usted no pudo unirse a esta clase, otra clase será ofrecida luego.



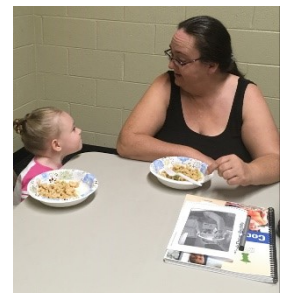
Como este curso afectó su vida?

“Aprender nuevos consejos y maneras de comprar/cocinar para comer más saludable y más barato.”



Como este curso afectó su vida?

“Me ha enseñado que hay una manera de comer saludable ajustándose a un presupuesto.”



Evite que los Insectos lo Fastidien!

Evite Picaduras de Mosquito



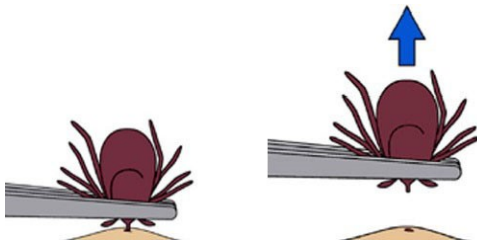
- Use repelente de insectos mientras juega al aire libre para alejar a los mosquitos.
- Evite usar repelentes con aceite de eucalipto en niños menores de 3 años de edad.
- Aplique protector solar primero y luego el repelente de insectos. El protector solar necesita ser reaplicado más frecuentemente. Limite la exposición a químicos del repelente de insectos comprando dos productos diferentes.
- Aplique repelente en la piel expuesta y en la ropa.
- Tenga cuidado para evitar rociar en la cara. En vez aplique en las manos y entonces frote en la cara.
- Los niños se ponen las manos en su boca, entonces evite aplicar en las manos de los niños.
- Lave la piel tratada con jabón y agua cuando regrese adentro.
- No use en cortadas, heridas, o piel irritada. Si usted tiene un salpullido o otra reacción, detenga el uso y comuníquese con su doctor.

Garrapatas

- Desaliente las garrapatas manteniendo el césped corto y removiendo basura producida por hojas & otra basura que puede dar a las garrapatas un lugar para esconderse.
- Revísele usted y revise el cabello y el cuerpo de sus niños buscando garrapatas, todos los días.
- Retire garrapatas tan pronto como sea posible.
- Evite remedios como pintar con esmalte de uñas o usar calor para hacer que la garrapata se suelte ella misma.



Como Retirar una Garrapata



1. Use pinzas para agarrar la garrapata tan cerca de la superficie de la piel como sea posible
2. Hale hacia arriba con presión constante y pareja. No tuerza o hale la garrapata porque las partes de la boca pueden permanecer en la piel. Si esto pasa, trate de remover las partes de la boca. Si no puede removerlas fácilmente con la pinza, déjelo y permita a la piel sanar.
3. Después de remover, limpie el área de la picadura y sus manos frotando alcohol o jabón y agua.
4. Vote la garrapata viva sumergiéndola en alcohol, colocándola en una bolsa sellada, o vaciándola en el sanitario.
5. Si desarrolla un salpullido o fiebre en las semanas siguientes a la picadura, vaya al doctor y dígame acerca de la picadura de garrapata, cuando fue picado, y donde posiblemente fue picado por la garrapata.

Source: <https://www.cdc.gov/family/kids/summer/index.htm>