



### Puntos Especiales de Interés:

- Queridos Padres de Head Start/Early Head Start
- ¡Construir el Hábito de la Buena Asistencia
- COVID-19 y Máscaras: Consejos para Familias

2020-2021 Número 1

14 de Diciembre 2020



NEIGHBORS IN NEED OF SERVICES, INC.  
**NINOS EXPRESS**

22887 State Highway 345  
Rio Hondo, Texas 78583

Tel: 956-399-9944  
Fax: 956-399-9966  
Correo Electrónico:  
mail@ninosinc.org  
www.ninosinc.org

## Queridos Padres de Head Start/Early Head Start

Felices Días Festivos para usted y también tengo que añadir Días Festivos Seguros y Saludables para usted. Podemos terminar el 2020 decepcionados, asustados, molestos, y enojados o podemos contar nuestras Bendiciones y estar Agradecidos por dar la Bienvenida al 2021.

Muchas veces hemos oído y pensado, mientras estamos sanos estamos bien. En mi opinión, este pensamiento nunca ha sido tan verdadero e importante. Otras cosas o dificultades pueden ser soportadas, pero estar sano y seguro son las principales prioridades. Una vida saludable en medio del COVID-19 es lo que todos queremos. Si usted se mantuvo alerta y siguió las Directrices del CDC y ayudó a educar a otras personas a su alrededor, está listo para recibir el 2021. NINOS, Inc. está aquí para ayudarle tanto como sea posible. Nosotros también estaremos aquí en el 2021. Juntos podemos seguir las Directrices del CDC y vencer al COVID-19.

Por favor manténgase a salvo, mantenga a sus hijos seguros y disfrute los Días Festivos.

Sinceramente



## Construir el Hábito de la Buena Asistencia

### ¿SABÍAS?

Llegar a tiempo todos los días es importante para el éxito de su hijo(a) y para aprender del preescolar en adelante.

Falta el 10% de preescolar (uno o dos días cada pocas semanas) puede:

- ♦ Hacer que sea más difícil desarrollar habilidades de lectura temprana.
- ♦ Haga que sea más difícil prepararse para el jardín de niños y el primer grado.
- ♦ Desarrollar un patrón de asistencia pobre que sea difícil de romper.

Las rutinas que su hijo(a) desarrolle en el jardín de niños continuarán por el resto de la escuela. ¡Pongamos a todos nuestros niños listos y listos para ir a la escuela todos los días!

### ¿LO QUE PUEDES HACER?

Trabaje con su hijo(a) y su maestro(a) para ayudarlo a desarrollar una asistencia sólida.

- ♦ Establezca una hora regular de acostarse y una rutina por la mañana.
- ♦ Prepare la ropa y empaque las mochilas la noche anterior.
- ♦ Tenga un plan de respaldo para llegar temprano ala escuela o iniciar la sesión virtual por si surge algo
- ♦ Y programe citas médicas y viajes prolongados cuando el preescolar no esté en sesión.

## COVID-19 y Máscaras: Consejos para Familias

Las máscaras ayudan a detener la propagación del virus COVID-19, pero eso no hace que sean fáciles de introducir a los niños, como muchos padres han estado descubriendo.

Para ayudarle a tomar las mejores decisiones para su familia, hemos reunido la información más reciente de expertos sobre máscaras y COVID-19, cómo usar y cuidar las máscaras correctamente, e ideas sobre cómo presentarlas con éxito a su familia.

### ¿Qué debo buscar al conseguir una máscara para mis hijos?

Muchas máscaras están diseñadas para adultos y no se adaptan adecuadamente a los niños. Si está comprando máscaras, elija una que tenga el tamaño adecuado para su hijo. Ya sea que esté comprando o haciendo máscaras para sus hijos, compruebe que se cubran la boca, la nariz y la barbilla, y no tengan huecos en los lados ni bloqueen su visión. Asegúrese de que puedan respirar cómodamente en la máscara mientras caminan rápidamente y hablan.

### Cómo usar una máscara correctamente



### Hablar con sus hijos acerca de las máscaras

La pandemia COVID-19 ha alterado la vida familiar en todo el mundo causando estrés, ansiedad y tristeza. Es comprensible que las máscaras se suban a esos sentimientos por muchos niños, especialmente en lugares donde no están acostumbrados a usar máscaras. Para los niños más pequeños en particular, el uso de máscaras puede ser confuso y molesto.

El uso de máscaras está desarrollando un hábito, por lo que los recordatorios continuos y el comportamiento constante serán clave. También es importante recordar a sus hijos que una máscara siempre debe combinarse con otras precauciones clave (como el distanciamiento físico, el lavado frecuente de manos) para protegerse a sí mismos y a todos los demás.

### Cómo limpiar una máscara de tela

Lave las máscaras de tela con jabón o detergente, preferiblemente en agua caliente (al menos 140 grados Fahrenheit) al menos una vez al día. Si se lava a máquina, utilice el ajuste más cálido y adecuado para el tipo de tejido. Si se lavan las manos, use agua caliente y jabonosa. Después del lavado, la máscara debe secarse completamente antes de ser usada de nuevo. Guarde las máscaras en una bolsa limpia.

### Involucre a sus hijos

Las máscaras vienen en muchos colores y diseños y los niños los verán como una oportunidad para expresarse. Trate de convertir la elección de una máscara o tela en una actividad divertida e involucrarlos tanto como sea posible. Recuerde, cuanto más les gusten sus hijos el aspecto de sus máscaras, más probable es que las usen incluso cuando no esté cerca.