

OPT Parent Newsletter



Young Horizons
Child Development Centers

Long Beach, CA
www.younghorizons.org
August 2020

OPT News

The OPT newsletter is back! We want to start by expressing how grateful we are to all of our families for their patience, understanding and cooperation as we adjust to this new era of COVID-19. We have had multiple guidance documents which have rapidly changed over these past 4 months. We know this is a difficult time for everyone, but we want to alert you that children are especially affected by such drastic changes in routine and daily life. You can help by talking about the importance of all the safety measures regarding social distancing, face coverings and hand washing and allow them to express their thoughts. It is truly a 360 change in everything they have ever known. Please communicate with your child's teacher or Site Supervisor if you need resources for mental health, food and other essential items distribution events – it is completely confidential. We are here for you.

Thank you to our staff who have diligently kept up with all sanitizing procedures and modified all lessons to continue serving our children. Our kitchen staff has provided individually packed meals, and our administrative staff has worked to communicate with families and assist with returning children. Staff will continue teaching the importance of hand washing, covering coughs and sneezes and physical distancing. We ask that you please continue to work with your child at home in practicing these important hygiene routines and keeping your child at home if they present cold and flu like symptoms.

Welcome State Preschool families! We are happy to have you and wish you a wonderful school year. There will be daily health checks upon arrival, modeling proper hand washing and physical distancing during the day. Unfortunately parents will not be allowed in the facilities. You can help your child by explaining that teachers and children will be wearing face coverings and why it is important for them to wear their masks also. There are still openings available if you know of any friends, family or neighbors who have children between the ages of 3-5 years old. Spaces are limited; please call 562-599-3136 for more information!

Lastly, all in person activities such as parent workshops, open house, field trips and extra-curricular activities have been placed on hold until we receive further guidance from the health department. This month, you will receive an OPT interest form for the new school year. To remain in compliance with the safety and health regulations, we will transition our OPT board meetings to virtual meetings. More information to come!

Monthly activity calendars and parent newsletters will now be available online to minimize risk. Once more, we appreciate your understanding and support during these times.

Andrea Carrasco
Administrative Assistant/OPT Coordinator
562-437-8991 ext. 14
acarrasco@younghorizons.org



Monthly Theme: "Community Helpers"

Who are the people that make up your community? Children will learn to name the different places in their community discuss and learn to identify what a community helper is.

Some community helpers work in the medical and healthcare fields such as: doctors, surgeons, nurses, pharmacists, paramedics, medical assistants. Children will be able to identify and explain who school and library helpers are and the importance of their role. Other community helpers include our public safety officers and learn to distinguish them by their uniforms. What special equipment they use, who uses it and understand the importance of public safety officers in the community

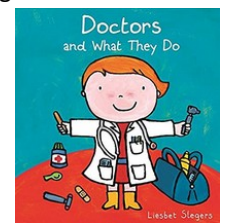
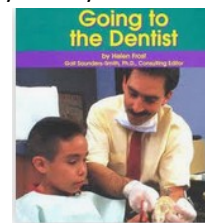
Parents, you can discuss with your children about police officers, paramedics, firefighters and explain that they are safe people to talk to or to ask for help. Wave hello to you're the community helpers in your neighborhood!

Recommended reading for the month of August:

"Teacher" By: Tami Deedrick

"Going to the Dentist" By: Helen Frost

"Doctors and What They Do" By: Liesbet Siegers



Take Home Book Program coming September 1st!

Teachers will read one book per week in the classroom and post a prompt card on the Young Horizons Parent Page. At home, your child will participate by journaling the activities. More information to come soon!



Distance Learning Apps!

We miss our children in our classrooms, Ready Rosie (preschool) and Learning Genie (infant & toddler) are the apps staff are using to engage with children at home. Ask your child's Site Supervisor for more information!



Take Care of Your Psychological and Emotional Needs

How can we stay connected while practicing physical distancing?

It is important to stay socially connected in such a difficult time. So, send a text or hold a video chat with people important to you, whether it's a family member, a friend, or an elderly neighbor. There's a lot going on. How do I deal with everything? We are dealing with a situation that can be stressful and scary. It's important to know that it's normal to have reactions like fear, anxiety, or stress. Even though we are all practicing physical distancing, nobody has to be alone. If you need to speak with someone, you can call the Los Angeles County Department of Mental Health Access Center 24/7 Helpline at (800) 854-7771.

The Substance Abuse and Mental Health Services Administration has developed tips for dealing with stress during disease outbreaks like COVID-19. See their Coping with Stress During Infectious Disease Outbreak guide for information on recognizing signs of stress, and tips for staying healthy during outbreaks.

*Please visit the City of Long Beach Covid-19 website for updates.
<http://www.longbeach.gov/health/diseases-and-conditions/information-on/coronavirus/>

Frozen Banana Pops

Serves 4

What you'll need:

- 2 bananas
- 1 cup of chocolate chips
- desired toppings (slices almonds, crushed peanuts, sprinkles, sweetened coconut flakes)
- wax paper
- 4 popsicle sticks

What to do:

1. Have a parent cut the bananas in half and insert a popsicle stick on the flat side of the banana. Line a plate with wax paper.

Long Beach Gives

Join the movement! Long Beach Gives 2nd Annual will take place on September 24, 2020! It is a citywide 24 hour online giving event, with over 150 local organizations participating. All funds raised will support our program. Stay tuned for our posts on social media shout outs, important information, polls and more leading up to the big day!



Stay up-to-date! Text your child's center code below to 81010 to receive reminders on school activities!

Kohn Center: **@yhkohn**

Central Pacific Center: **@yhcentral**

North Pacific Center: **@yhnorth**

Ludloff Center: **@yhludloff**

Grisham Center: **@yhgrisham**



Have your toppings ready on a different plates.

3. Place the chocolate chips in microwavable cup. Heat in intervals of 20 seconds and stir well, just until chocolate is melted. If you overheat it, you may burn the chocolate.
4. Dip the banana into the cup and using a spoon cover the banana with chocolate. Quickly transfer the chocolate covered banana to the plates with your toppings.
5. Place bananas a plate that has been lined with the wax paper and place in freezer for about 30 minutes.

Enjoy!



CIVIL RIGHTS STATEMENT

Discrimination Complaint Form, AD-3027, found online at http://www.ascr.usda.gov/complaint_filing_cust.html, or at any USDA office or write a letter addressed to USDA and provide in the letter all of the information requested in the form. To request a copy of the complaint form, call (866) 632-9992. Submit your completed form or letter to USDA by: mail: U.S. Department of Agriculture Office of the Assistant In accordance with Federal law and U.S. Department of Agriculture (USDA) civil rights regulations and policies, this institution is prohibited from discriminating on the basis of race, color, national origin, sex, age, disability, and reprisal or retaliation for prior civil rights activity. (Not all prohibited bases apply to all programs.) Persons with disabilities who require alternative means of communication for program information (e.g., Braille, large print, audiotope, American Sign Language, etc.) should contact the responsible State or local Agency that administers the program or USDA's TARGET Center at (202) 720-2600(voice and TTY) or contact USDA through the Federal Relay Service at (800) 877-8339. Additionally, program information is available in languages other than English. To file a complaint alleging discrimination, complete the USDA Program Secretary for Civil Rights 1400 Independence Avenue, SW Washington, D.C. 20250-9410 fax: (202) 690-7442; or email: program.intake@usda.gov. This institution is an equal opportunity provider.

Boletín de la Organización de Padres y Maestros



Young Horizons
Child Development Centers
Long Beach, CA
www.younghorizons.org
agosto 2020

Noticias de la OPT

ESPAÑOL

¡El boletín de la OPT ha regresado! Comenzamos expresando nuestro agradecimiento con todas nuestras familias por su paciencia, comprensión y cooperación mientras nos adaptamos a esta nueva era de COVID-19. Hemos tenido múltiples documentos de orientación que han cambiado rápidamente en los últimos 4 meses. Sabemos que es un momento difícil para todos, pero queremos alertarlos de que los niños se ven especialmente afectados por cambios tan drásticos en la rutina y la vida diaria. Usted puede ayudar a su hijo/a al hablar sobre la importancia de todas las medidas de seguridad relacionadas con el distanciamiento social, los cobertores faciales, el lavado de manos y permitirles expresar su sentir. Es realmente un cambio completo en todo lo que conocen.

Comuníquese con el maestro de su hijo/a o la Supervisor del centro si necesita recursos sobre la salud mental, eventos de distribución de alimentos y otros artículos esenciales: es completamente confidencial. Estamos aquí para ustedes.

Gracias a nuestro personal que ha seguido diligentemente todos los procedimientos de desinfección y ha modificado todas las actividades de aprendizaje para continuar sirviendo a nuestros niños. Nuestro personal de cocina ha proporcionado comidas empacadas individualmente, y nuestro personal administrativo ha trabajado para comunicarse con las familias y ayudar con los niños que regresan. El personal continuará enseñando la importancia de lavarse las manos, cubrirse la tos y los estornudos y el distanciamiento físico. Le pedimos que continúe repasando con su hijo en casa la práctica de estas rutinas de higiene impor-

tantes y mantenga a su hijo en casa si presenta síntomas similares a los del resfriado y la gripe.

¡Bienvenidas familias de preescolares! Estamos felices de tenerlos y les deseamos un maravilloso año escolar. Habrá chequeos de salud diaria a la llegada, modelando el lavado de manos adecuado y distanciamiento físico durante el día. Lamentablemente, no se permitirán padres a los salones. Puede ayudar a su hijo explicándole que los maestros y los niños usarán cobertores faciales y por qué es importante que también usen el suyo. Todavía hay espacios disponibles, si conoce amigos, familiares o vecinos que tengan niños entre las edades de 3-5 años. ¡Los espacios son limitados; por favor llame al 562-599-3136 para más información!

Por último, todas las actividades en persona, como talleres para padres, Open House, excursiones y actividades extracurriculares se han suspendido hasta que recibamos más orientación del departamento de salud. Este mes, recibirá un formulario de interés de la mesa directiva de OPT para el nuevo año escolar. Para cumplir con las normas de seguridad y salud, haremos la transición de nuestras reuniones de la mesa directiva de OPT a reuniones virtuales. ¡Más información está por venir!

Andrea Carrasco
Asistente Administrativa/ Coordinadora de la OPT
acarrasco@younghorizons.org
(562) 437-8991 ext. 14



Tema Mensual: "Ayudantes Comunitarios"

¿Quiénes son las personas que componen su comunidad? Los niños aprenderán a nombrar los diferentes lugares en su comunidad, hablarán y aprenderán a identificar qué es un ayudante de la comunidad.

Algunos ayudantes de la comunidad trabajan en la área de la medicina y la salud, tales como: médicos, cirujanos, enfermeras, farmacéuticos, paramédicos, asistentes médicos. Los niños podrán identificar y explicar quiénes son los ayudantes de la escuela y la biblioteca y la importancia de su trabajo. Los niños aprenderán de otros ayudantes comunitarios que incluyen a nuestros oficiales de seguridad pública. Aprenderán a distinguirlos por sus uniformes, qué equipo especial usan, quién lo usa y comprenderán la importancia de los oficiales de seguridad pública en la comunidad.

Padres, conversen con sus hijos sobre policías, paramédicos, bomberos y explíqueles que son personas seguras con quien para hablar o pedir ayuda. ¡Saluden a los trabajadores comunitarios de su vecindario!

Recomendamos leer estos libros para el mes de agosto:

"Teacher" By: Tami Deedrick

"Going to the Dentist" By: Helen Frost

"Doctors and What They Do" By: Liesbet Siegers

Programa de libros en casa "Take Home Book" está por venir el 1 de septiembre

Las maestras leerán un libro por semana en el salón y publicarán una tarjeta de aviso en la página para padres de Young Horizons. En casa, su hijo participará escribiendo en un diario las actividades. ¡Más información próximamente!



Aplicaciones de Enseñanza a Distancia

Extrañamos a nuestros niños en nuestras centros, Ready Rosie (preescolar) y Learning Genie (bebés y niños pequeños) son las aplicaciones que las maestras están utilizando para interactuar con los niños en casa. ¡Solicite más información a la Supervisora del centro de su hijo/a!



Cuide sus necesidades psicológicas y Emocionales

¿Cómo podemos mantenernos conectados mientras practicamos el distanciamiento físico?

Es importante mantenerse socialmente conectado en un momento tan difícil. Envíe un mensaje de texto o mantenga un chat de video con personas importantes para usted, ya sea un familiar, un amigo o un vecino mayor. Están pasando muchas cosas. ¿Cómo trato con todo? Estamos lidiando con una situación que puede ser estresante y aterradora. Es importante saber que es normal tener reacciones como el miedo, la ansiedad o el estrés. Aunque todos estamos practicando distanciamiento físico, nadie tiene que estar solo. Si necesita hablar con alguien, puede llamar a la línea de ayuda 24/7 del Centro de Acceso del Departamento de Salud Mental del Condado de Los Ángeles al (800) 854-7771.

La Administración de Servicios de Abuso de Sustancias y Salud Mental ha desarrollado consejos para lidiar con el estrés durante brotes de enfermedades como COVID-19. Consulte su guía Cómo enfrentar el estrés durante el brote de enfermedades infecciosas para obtener información sobre cómo reconocer los signos de estrés y consejos para mantenerse saludable durante los brotes.

* Visite el sitio web Covid-19 de la ciudad de Long Beach para obtener actualizaciones. <http://www.longbeach.gov/health/diseases-and-condition/information-on/coronavirus/>

Paletas de Platanos Congelados

Lo que necesitarás:

- 2 plátanos
- 1 taza de chispas de chocolate
- coberturas deseadas (rodajas de almendras, cacahuets triturados, chispas, copos de coco endulzados)
- papel encerado
- 4 palitos de paleta

Qué hacer:

1. Que un padre ayude a cortar los plátanos por la mitad e inserte un palito de paleta en el lado plano del plátano. Forre un plato con papel encerado. Tenga sus coberturas listos en platos diferentes.
2. Coloque las chispas de chocolate en una taza para microon-

Long Beach Gives

¡Únase al movimiento! ¡La 2nd campaña anual Long Beach Gives tomara lugar el 24 de septiembre de 2020! Es un evento de donación en línea de 24 horas en toda la ciudad, con la participación de más de 150 organizaciones locales. Todos los fondos recaudados apoyarán a nuestro programa. ¡Estén atentos a nuestras publicaciones en las redes sociales, información importante, encuestas y mucho más los días que preceden antes del gran día!



¡Manténgase al día! Envíe un mensaje de texto al centro de su hijo/a al 81010 para recibir recordatorios sobre las actividades escolares!

Kohn Center: **@yhkohn**

Central Pacific Center: **@yhcentral**

North Pacific Center: **@yhnorth**

Ludloff Center: **@yhludloff**

Grisham Center: **@yhgrisham**



das. Calienta a intervalos de 20 segundos y revuelve bien, hasta que el chocolate se derrita. Si lo sobrecalienta, puede quemar el chocolate.

3. Sumerja el plátano en la taza y con una cuchara cubra el plátano con chocolate. Transfiera rápidamente el plátano cubierto de chocolate a los platos con sus ingredientes.
4. Coloque los platanos en un plato que se ha forrado con papel encerado y colóquelas en el congelador durante aproximadamente 30 minutos.

¡Disfruten!



DECLARACION DE DERECHOS CIVILES

De conformidad con la Ley Federal de Derechos Civiles y los reglamentos y políticas de derechos civiles del Departamento de Agricultura de los EE. UU. (USDA, por sus siglas en inglés), se prohíbe que el USDA, sus agencias, oficinas, empleados e instituciones que participan o administran programas del USDA discriminen sobre la base de raza, color, nacionalidad, sexo, credo religioso, discapacidad, edad, creencias políticas, o en represalia o venganza por actividades previas de derechos civiles en algún programa o actividad realizados o financiados por el USDA. Las personas con discapacidades que necesiten medios alternativos para la comunicación de la información del programa (por ejemplo, sistema Braille, letras grandes, cintas de audio, lenguaje de señas americano, etc.), deben ponerse en contacto con la agencia (estatal o local) en la que solicitaron los beneficios. Las personas sordas, con dificultades de audición o con discapacidades del habla pueden comunicarse con el USDA por medio del Federal Relay Service [Servicio Federal de Retransmisión] llamando al (800) 877-8339. Además, la información del programa se puede proporcionar en otros idiomas. Para presentar una denuncia de discriminación, complete el Formulario de Denuncia de Discriminación del Programa del USDA, (AD-3027) que está disponible en línea en: http://www.ocio.usda.gov/sites/default/files/docs/2012/Spanish_Form_508_Compliant_6_8_12_0.pdf. y en cualquier oficina del USDA, o bien escriba una carta dirigida al USDA e incluya en la carta toda la información solicitada en el formulario. Para solicitar una copia del formulario de denuncia, llame al (866) 632-9992. Haga llegar su formulario lleno o carta al USDA por: (1) correo: U.S. Department of Agriculture, Office of the Assistant Secretary for Civil Rights, 1400 Independence Avenue, SW, Washington, D.C. 20250-9410; fax: (202) 690-7442; o correo electrónico: program.intake@usda.gov. Esta institución es un proveedor que ofrece igualdad de oportunidades