

OPT Parent Newsletter



Young Horizons
Child Development Centers

Long Beach, CA

www.younghorizons.org

June 2021

ESPAÑOL

OPT News

We are officially halfway through 2021! As the school year ends for older children, we celebrate our preschoolers who will enter kindergarten in the fall. It is always a bittersweet moment for staff to see them leave, especially when some of our children have been here since they were six months old, but we know they are ready! Due to the ongoing pandemic, we will have not have a presentation, however there will be assigned times for parents to stop by to pick up their certificate, snap a photo with their teachers and receive a small gift with ice cream donated by OPT. A big Thank You to our Central Pacific Representative, Sarizella for generously donating her time to personalize the gifts and leis for the children!

This month, our centers will be painted both the interior and exterior. We understand this may be a challenge for families and we will try to make this temporary transition period as smooth as possible. There will be a memo when your child's center is assigned to be painted. We thank you for your understanding.

There will not be a meeting this month, thank you to those parents who participated this year via Zoom in our meetings. It was an adjustment and I thank you all for your understanding and support. For those of you who will remain in the program, I hope you will consider participating once more in the fall, better times are to come! For parents who participated during the years their children were enrolled in the program and will leave to kindergarten, thank you for your presence and support. We wish you and your child a great summer and a fantastic school year!

Andrea Carrasco
Administrative Assistant/
OPT Coordinator
562-437-8991 ext. 114
acarrasco@younghorizons.org



Distribución de certificados de preescolar

Central Pacific Center: Tuesday, June 5th

North Pacific Center: Friday, June 18th

Grisham Center: Friday, June 18th

Ludloff Center: Friday, June 25th

Kohn Center: Friday, June 25th

**Times will vary, please speak to your child's Site Supervisor for more information*



Monthly Theme: "The Great Outdoors"

Now that warm sunny days are here, it is important for children to learn about the importance of safety in water activities, outdoor sports and other summer activities. Teachers will focus on explaining safety rules when playing near water such as bathtubs, pools, rivers and the ocean. Children will learn about role of a lifeguard and the importance of the presence of an adult when playing near water.

What is your favorite sport? Children will learn about different sports that are played in the summer and the different types of equipment and uniforms are used in each sport. Please check your child's monthly calendar for Game Day, your child will be able to wear their favorite sports jersey or attire and play outdoor sports and games.

Rules are meant to help keep us safe. Children will understand that games have simple rules and learn how to follow them. They will have the chance to make up games and create their own rules.

Summer is always a great time to go camping, fun in the lakes, stary nights around the campfire singing songs and sharing stories. Children will learn about the different gear and supplies that are used. They will learn about the outdoor environment and what activities they can do while camping. Although children won't actually be camping, the children will have a pretend camping day, which teachers have many more fun activities planned for that day.

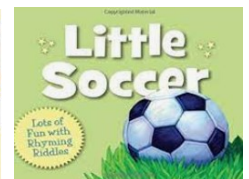
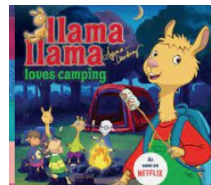
When outdoors, you can remind your child about safety practices on the playground, at the beach or swimming pool, even when riding a tricycle or scooter. Another fun activity is to camp in your living room or backyard if possible!

Here is our recommended reading list for the month of June:

"Llama, Llama Loves Camping" By: Anna Dewney

"ABC Ready for School: An Alphabet of Social Skills" By: Celeste Delaney

"Little Soccer" By: Brad Herzog



Stay connected with us!



Sun Exposure

Children's playgrounds often lack adequate protection from sun exposure. Overexposure to solar radiation can negatively impact long-term child health, as research has shown that UV exposure and sunburns as a child are linked to many adult skin cancers and melanoma.¹

The sun is at its highest intensity from 10 a.m. - 2 p.m., which coincides with the time children commonly visit playgrounds. Being active on a playground during this time of day can leave children exposed to high levels of intense sun, increasing the potential of sunburn and other short-term effects of sun exposure (i.e., heat illness).

Awareness of the amount of sun exposure isn't limited to just the summer; it's important all year! Sun exposure is essential for Vitamin D, which children need and receive through sun exposure. However, in summertime, this can be achieved in as little as 15 minutes for fair-skinned people. In the summertime overexposures can become a major concern.

In the winter, particularly in northern latitudes, underexposure is common due to low sun levels and minimal skin exposed to the sun in the cold weather. It is important for children to receive adequate playtime and that playground designs consider sun exposure for both warmth and Vitamin D synthesis. Skin damage in winter can be a concern for long periods of time on highly reflective snow.

The average time for skin to be damaged, assuming midday, from June to August depends on region, as well as skin type. Children with very sensitive skin may have skin reddening and damage from as little to 11 to 23 minutes of sun exposure in the U.S., if not wearing sunscreen and in direct sunlight (non-shaded).

Sun Exposure on Playgrounds

As part of a national study of playgrounds, National Program for Playground Safety (NPPS) conducted an assessment of available sun protection on playgrounds. Only three percent of playgrounds visited had full shade protection from 10 a.m. - 2 p.m., while 30 percent of playgrounds had partial shade. The remaining 67 percent of public playgrounds were exposed to full sun during these peak hours.

Playgrounds with limited or no shade and high levels of direct sun can be uncomfortable to children and supervisors and may discourage children from being physically active at a playground.

NPPS is concerned about the limited attention given to both man-made and natural shade in creating more comfortable play spaces, and is actively developing research protocols to gather further information on this important topic. NPPS believes that this information can lead to guidelines regarding environmental factors on playgrounds and design, such as protection from UV exposure, as current standards fail to address environmental health risks.

In the Call to Action to Prevent Skin Cancer, the U.S. Department of Health and Human Services recommends children play in shaded areas when outside to protect from overexposure to UV radiation.

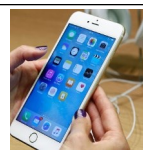
(1) Oliveria, S. A., Saraiya, M., Geller, A. C., Heneghan, M. O., & Jorgensen, C. (2006). Sun exposure and risk of melanoma. *Archives of Disease in Childhood, 91*(2).

<https://playgroundsafety.org/topics/topic/sun-exposure>



For Families with Monthly Fees

Payments can be made over the phone with a credit/debit card M-F, 8am-5pm
(562) 437-8991



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
junio 2021

Noticias de la OPT

¡Estamos oficialmente a mitad de camino del 2021! A medida que termina el año escolar para los niños mayores, celebramos a nuestros niños en edad preescolar que ingresarán al jardín de infantes en el otoño. Siempre es un momento agradulce para el personal verlos irse, especialmente cuando algunos de nuestros niños han estado aquí desde que tenían seis meses, ¡pero sabemos que están listos! Debido a la pandemia en curso, no tendremos una presentación, sin embargo, habrá horarios asignados para que los padres pasen a recoger su certificado, se tomen una foto con sus maestros y reciban un pequeño obsequio con helado donado por OPT. ¡Un gran agradecimiento a nuestra Representante del Pacífico Central, Sarizella por donar generosamente su tiempo para personalizar los obsequios y leis para los niños!

Este mes, nuestros centros serán pintados tanto en el interior como en el exterior. Entendemos que esto puede ser una reto para las familias y trataremos de hacer que este período de transición temporal sea lo más sencillo posible. Habrá una nota cuando se asigne el centro de su hijo para ser pintado. Gracias por su comprensión.

No habrá una reunión este mes, gracias a los padres que participaron este año a través de Zoom en nuestras reuniones. Fue un ajuste y les agradezco a todos por su comprensión y apoyo. Para aquellos de ustedes que permanecerán en el programa, espero que consideren participar una vez más en el otoño, ¡vendrán tiempos mejores! Para los padres que participaron durante los años que sus hijos estuvieron inscritos en el programa y se irán al kinder, gracias por su presencia y apoyo. ¡Le deseamos a usted y a su hijo un gran verano y un año escolar!

Andrea Carrasco
Asistente Administrativa/
Coordinadora de la OPT
acarrasco@younghorizons.org
(562) 437-8991 ext. 114



Distribución de certificados de preescolar

Central Pacific Center: martes, junio 5
North Pacific Center: viernes, junio 18
Grisham Center: viernes, junio 18
Ludloff Center: viernes, junio 25
Kohn Center: viernes, junio 25

*Los tiempos variarán, hable con el supervisor del sitio de su hijo para más información



Tema Mensual: "El aire libre"

Ahora que los días cálidos y soleados están aquí, es importante que los niños aprendan sobre la importancia de la seguridad en las actividades acuáticas, los deportes al aire libre y otras actividades de verano. Los maestros se centrarán en explicar las reglas de seguridad cuando jueguen cerca del agua, como bañeras, piscinas, ríos y el océano. Los niños aprenderán sobre el papel de un salvavidas y la importancia de la presencia de un adulto cuando juegan cerca del agua.

¿Cuál es su deporte favorito? Los niños aprenderán sobre los diferentes deportes que se practican en el verano y los diferentes tipos de equipamiento y uniformes que se utilizan en cada deporte. Por favor revise el calendario mensual de su hijo para el Día del Juego, su hijo podrá usar su camiseta o atuendo deportivo favorito y jugar deportes y juegos al aire libre.

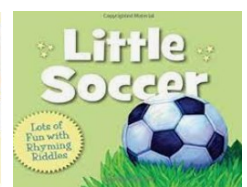
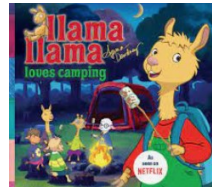
Las reglas están destinadas a ayudarnos a mantenernos a salvo. Los niños comprenderán que los juegos tienen reglas simples y aprenderán a seguirlas. Tendrán la oportunidad de inventar juegos y crear sus propias reglas.

El verano siempre es un buen momento para ir de campamento, divertirse en los lagos, noches estrelladas alrededor de la fogata cantando canciones y compartiendo historias. Los niños aprenderán sobre los diferentes equipos y suministros que se utilizan. Aprenderán sobre el entorno al aire libre y las actividades que pueden realizar mientras acampan. Aunque los niños no acamparán en realidad, los niños tendrán un día de campamento simulado, en el cual los maestros tienen muchas más actividades divertidas planeadas para ese día.

Cuando esté al aire libre, puede recordarle a su hijo las prácticas de seguridad en el patio de recreo, en la playa o en la piscina, incluso cuando ande en triciclo o scooter. ¡Otra actividad divertida es acampar en la sala de estar o en el patio trasero si es posible!

Lectura recomendada para junio:

"Llama, Llama Loves Camping" By: Anna Dewney
"ABC Ready for School: An Alphabet of Social Skills" By: Celeste Delaney
"Little Soccer" By: Brad Herzog



Mantengase conectado con nosotros!



Exposición al sol

Los parques infantiles a menudo carecen de la protección adecuada contra la exposición al sol. La sobreexposición a la radiación solar puede afectar negativamente la salud infantil a largo plazo, ya que los estudios han demostrado que la exposición a los rayos UV y las quemaduras solares en la infancia están relacionadas con muchos cánceres de piel en adultos y melanoma.(1)

El sol está en su intensidad más alta de 10 a.m. a 2 p.m., que coincide con la hora en que los niños suelen visitar los parques infantiles. Estar activo en un patio de recreo durante esta hora del día puede dejar a los niños expuestos a altos niveles de sol intenso, aumentando el potencial de quemaduras solares y otros efectos a corto plazo de la exposición al sol (es decir, enfermedades por calor).

La conciencia de la cantidad de exposición al sol no se limita solo al verano; ¡es importante todo el año! La exposición al sol es esencial para la vitamina D, que los niños necesitan y reciben a través de la exposición al sol. Sin embargo, en verano, esto se puede lograr en tan solo 15 minutos para las personas de piel clara. En el verano, las sobreexposiciones pueden convertirse en una gran preocupación.

En el invierno, particularmente en las latitudes del norte, la subexposición es común debido a los bajos niveles de sol y la mínima exposición de la piel al sol en el clima frío. Es importante que los niños tengan tiempo de juego adecuado y que los diseños de los parques infantiles consideren la exposición al sol tanto para el calor como para la síntesis de vitamina D. El daño de la piel en invierno puede ser motivo de preocupación durante largos períodos de tiempo en nieve altamente reflectante.

El tiempo promedio para que la piel se dañe, asumiendo que al mediodía, de junio a agosto, depende de la región, así como del tipo de piel. Los niños con piel muy sensible pueden tener enrojecimiento y daño de la piel desde tan solo 11 a 23 minutos de exposición al sol en los EE. UU., Si no usan protector solar y se exponen a la luz solar directa (sin sombra).

Exposición al sol en patios de recreo

Como parte de un estudio nacional de parques infantiles, Programa Nacional para la Seguridad del Patio de Recreo (NPPS), realizó una evaluación de la protección solar disponible en los parques infantiles. Solo el tres por ciento de los patios de recreo visitados tenían protección total a la sombra de 10 a.m. a 2 p.m., mientras que el 30 por ciento de los patios de recreo tenían sombra parcial. El 67 por ciento restante de los patios de recreo públicos estuvieron expuestos a pleno sol durante estas horas pico.

Los patios de recreo con poca o ninguna sombra y altos niveles de sol directo pueden resultar incómodos para los niños y los supervisores y pueden disuadir a los niños de ser físicamente activos en un patio de recreo.

NPPS está preocupado por la atención limitada que se le da tanto a la sombra natural como a la artificial para crear espacios de juego más cómodos, y está desarrollando activamente protocolos de investigación para recopilar más información sobre este importante tema. NPPS cree que esta información puede conducir a pautas con respecto a los factores ambientales en los patios de recreo y el diseño, como la protección contra la exposición a los rayos UV, ya que las normas actuales no abordan los riesgos para la salud ambiental.

En el Llamado a la acción para prevenir el cáncer de piel, el Departamento de Salud y Servicios Humanos de EE. UU. recomienda que los niños jueguen en áreas sombreadas cuando estén afuera para protegerse de la sobreexposición a la radiación ultravioleta. (1) Oliveria, S. A., Saraiya, M., Geller, A. C., Heneghan, M. O., & Jorgensen, C. (2006). Sun exposure and risk of melanoma. *Archives of Disease in Childhood*, 91(2).

<https://playgroundsafety.org/topics/topic/sun-exposure>



Familias con Cuotas Mensuales

Los pagos se pueden hacer por teléfono al (562) 437-8991 usando su tarjeta de crédito/débito, viernes de 8am a 5pm



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