

# OPT Parent Newsletter



**Young Horizons  
Child Development Centers**  
Long Beach, CA  
[www.younghorizons.org](http://www.younghorizons.org)  
October 2019

**ESPAÑOL**

## OPT News

We are on a countdown to the last three months of the year! Fall is here and the weather is getting cooler, the leaves begin to slowly change their colors and mostly every where you go, there are fall and winter decorations to put us in that seasonal spirit.

Our Fall Fundraiser has begun and will run until Friday, October 11, 2019. All proceeds raised will be used for extra activities, fieldtrips, end of the year celebrations and other items that may be needed for the children. Orders can now be placed online and all of your support is greatly appreciated. Please check the monthly calendar for our next activity held in October, "Family Fun Night." Staff will have low or no cost activities that families can do at home similar to the ones we provide in the program.

Thank you to all the families for attending your child's Open House. We hope you enjoyed the art displays, your child's favorite play area, their favorite activities during the day and the vendors such as LB Alliance for Children with Asthma and Welcome Baby who provided information for families. We also had voting at all the centers for the new OPT Board. The Organization of Parents and Teachers is a group of elected parents/staff to strengthen the parent/teacher connection through parent involvement, education and support.

We are excited to see our new officers at our first meeting which will be held, Wednesday, October 9, 2019 at 5:00 pm at our Kohn Center.

Andrea Carrasco  
Administrative Assistant/OPT Coordinator  
[acarrasco@younghorizons.org](mailto:acarrasco@younghorizons.org)  
(562) 437-8991 ext. 14



**Ready Rosie**

**Increase your Parenting Skills!**

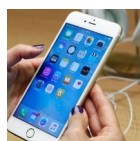
Ask your teacher today how to sign up!

ReadyRosie has over 1,000

"Modeled Moments" English & Spanish videos delivered to you via text, email and app.

## For Families with Monthly Fees

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



## Monthly Theme: Health, Safety & Nutrition

Children will learn about different ways to stay healthy; such as the importance of exercising, healthy eating choices and how to keep a healthy hygiene.

During the week of October 9-11th, children will learn the importance of fire safety and prevention. Activities include; pretending how to extinguish a fire, the meaning of stop, drop and roll, and ways to prevent a fire. We will have Debbie Karaman, Burn Prevention Educator from the Grossman Burn Center at all of our centers with a special activity for children.

On October 17th, all centers will participate in "The Great Shakeout" a global day to practice how to be safe during an earthquake, provide awareness and encourage people how to be more prepared for a disaster as such. This can be a great topic to share with your child and to teach your family about earthquake preparedness.

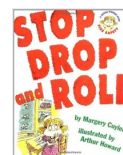
At home, you can encourage your child to keep healthy habits by brushing your teeth together, planning a healthy dinner, reminding to hand wash after outdoor play and before mealtimes, and discussing the importance of bathing. With cooler fall nights, bundle up and go for a quick neighborhood walk or jog!

This month we recommend the following books to extend classroom learning:

"Germs Are Not for Sharing" by Elizabeth Verdick

"Stop, Drop and Roll" by Margery Cuyler

"From Head to Toe" by Eric Carle



## Cooking Experience 10/8/19 Pumpkin Banana Smoothie

1/2 cup of milk  
1 tbsp of canned pumpkin  
1/2 banana  
dash of cinnamon

Place milk, canned pumpkin, banana and sprinkle cinnamon in blender. Mix on high until thoroughly blended. *Enjoy!*



## Family Fun Night

**Grisham-10/22/19 at 4:30pm**

**Ludloff- 10/23/19 at 4:30pm**

**Kohn- 10/24/19 at 4:30pm**

**North Pacific-10/25/19 at 4:30pm**

**Central Pacific- 10/28/19 AM Session at 10:15am & PM Session at 2:30pm**



**Heating Safety**

There is something about the winter months and curling up with a good book by the fireplace. But did you know that heating equipment is one of the leading causes of home fire deaths? With a few simple safety tips and precautions you can prevent most heating fires from happening.

**Be warm and safe this winter!**

- Keep anything that can burn at least three-feet (one meter) away from heating equipment, like the furnace, fireplace, woodstove, or portable space heater.
- Have a three-foot (one meter) "kid-free zone" around open fires and space heaters.
- Never use your oven to heat your home
- Have a qualified professional install stationary space heating equipment, water heaters or central heating equipment according to the local codes and manufacturer's instructions.
- Have heating equipment and chimneys cleaned and inspected every year by a qualified professional.
- Remember to turn portable heaters off when leaving the room or going to bed.
- Remember to turn portable heaters off when leaving the room or going to bed.
- Always use the right kind of fuel, specified by the manufacturer, for fuel burning space heaters.
- Make sure the fireplace has a sturdy screen to stop sparks from flying into the room. Ashes should be cool before putting them in a metal container. Keep the container a safe distance away from your home.
- Test smoke alarms at least once a month

**Heating Equipment Smarts**

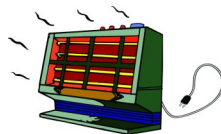
Install wood burning stoves following manufacturer's instructions or have a professional do the installation. All fuel-burning equipment should be vented to the outside to avoid carbon monoxide risk of CO poisoning. If you smell gas in your gas heater, do not light the appliance. Leave the home immediately and call your local fire department or gas company.

**FACT:**

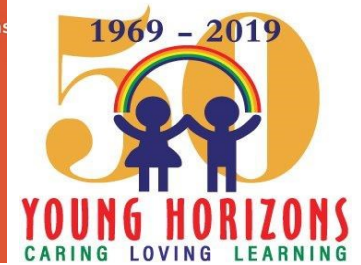
Half of home heating fires are reported during the months of December, January and February

These and other great tips, activities and videos are available at:

[nfpa.org/education](http://nfpa.org/education)



**Thank you!**



Thank you to ALL who supported and helped us spread the word during our LB Gives Campaign, we raised over \$900.00!

Keep an eye out for our Fall fundraiser beginning October 1st through October 11th. Remember you can invite friends, coworkers and family members via email to join the shopping spree! Your child will earn additional prizes just for sharing! All orders must be collected by October 11th.

Thank you for your support!



Stay up-to-date! Text your child's center 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**



**Silly Corner:**

What did the tree say to autumn?  
"Leaf-me alone"

What do you get when you drop a pumpkin?  
Squash



**CIVIL RIGHTS STATEMENT**

Discrimination Complaint Form, AD-3027, found online at [http://www.ascr.usda.gov/complaint\\_filing\\_cust.html](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, audiotape, 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](mailto: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](http://www.younghorizons.org)  
 octubre 2019

## Noticias de la OPT

Estamos en conteo hacia los últimos 3 meses del año! El otoño ya esta aquí y el clima se esta refrescando, las hojas empieza a cambiar sus colores and por donde vaya uno, hay decoraciones de otoño e invierno para ponernos en el espíritu de la temporada.

Nuestra recaudación de fondos de otoño ha comenzado and estará hasta el viernes, 14 de octubre del 2019. Todas las ganancias serán usadas para actividades extras, excursiones, celebraciones de fin de año escolar, y otros materiales que sean necesarios para los niños. Las ordenes ya pueden ser registradas en el sitio web y todo su apoyo es sumamente apreciada. Favor de revisar el calendario mensual de actividades para nuestra siguiente actividad in Octubre, "Noche de Diversión Familiar." Las maestras tendrán actividades de sin o bajo en costo que las familias pueden hacer en casa parecidas a las que proveemos en el programa.

Gracias a todas las familias por asistir a la "Casa Abierta" de su hijo/a. Esperamos que hayan disfrutado las muestras de arte, la área favorita de jugar de su hijo/a, las actividades favoritas del día y a las agencias que proporcionaron información para las familias. También hubo votaciones en los centros para la nueva mesa directiva de OPT. La Organización de OPT es un grupo de padres/personal para fortalecer la conexión de padres y maestros por medio de la participación de los padres, educación y apoyo.

Estamos emocionados de ver a nuestros nuevos oficiales elegidos en nuestra primera junta que llevara acabo, miércoles, 9 de octubre 2019 a las 5:00pm en el centro Kohn.

Andrea Carrasco

Asistente Administrativa/ Coordinadora de la OPT  
[dnavarro@younghorizons.org](mailto:dnavarro@younghorizons.org)

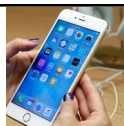


**Esta inscrito?**  
 Pregúntele a su maestra como inscribirse hoy! Ready Rosie tiene mas de 1,000

"momentos modelados" videos en Ingles y Español entregados a usted por mensaje de texto, email y por la aplicación móvil.

### Familias con Cuotas Mensuales

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



## Tema Mensual: Salud, Seguridad y Nutrición

Los niños aprenderán sobre diferentes maneras de cómo mantenerse saludable ya sea como; la importancia de hacer ejercicio, opciones de alimentación saludable y como mantener una higiene saludable.

Durante la semana de octubre 9-11, los niños aprenderán la sobre importancia de la seguridad de incendios y prevención. Actividades incluidas serán; pretender como extinguir fuego, el significado de "stop, drop and roll" y maneras como prevenir un incendio. Tendremos a Debbie Karaman, Educadora de prevención de quemaduras del Grossman Burn Center.

El 17 de octubre, todos los centros estarán participando en el "Great Shakeout" un día global para practicar como estar seguro durante un sismo, proporcionar conciencia y animar a la gente como estar mas preparados para un desastre como tal. Este puede ser un buen tema de compartir con su hijo/a y enseñarle a su familia sobre la preparación de sismos.

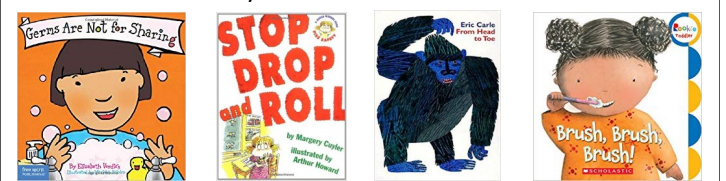
En casa, puede fomentar a su hijo/a mantener los hábitos saludables como cepillarse los dientes juntos, planificar una cena saludable, recordando a lavarse las manos después de jugar y antes de las comidas, y discutiendo sobre la importancia de bañarse. Con las noches frescas de otoño, abriguese y vayan por una paseo o jogging por el vecindario!

### Este mes recomendamos los siguientes libros para ampliar el aprendizaje:

"Germs Are Not for Sharing" by Elizabeth Verdick

"Stop, Drop and Roll" by Margery Cuyler

"From Head to Toe" by Eric Carle



### Experiencia de Cocinar 10/8/19 Pumpkin Banana Smoothie

- 1/2 taza de leche
- 1 cda. de calabaza enlatada
- 1/2 plátano
- Pizza de canela

Coloque la leche, la calabaza enlatada, el plátano y espolvoree canela en la licuadora. Mezcle a temperatura alta hasta que esté bien mezclado. ¡Disfrute!



### Noche de Diversión Familiar

Grisham- 10/22/19 @4:30pm

Ludloff- 10/23/19 @4:30pm

Kohn - 10/24/19 @4:30pm

North Pacific- 10/25/19 @ 4:30pm

Central Pacific- 10/28/19 @ sesión de AM 10:15 y sesión de PM 2:30





## Calefacción Segura

No hay nada más lindo durante los meses de invierno que acurrucarse junto a la chimenea con un buen libro. Pero ¿sabía usted que en EE.UU. los equipos de calefacción constituyen una de las principales causas de muerte en incendios residenciales? Con algunos simples consejos y precauciones de seguridad, puede evitarse la ocurrencia de incendios provocados por equipos de calefacción?

### ¡ESTE INVIERNO, MANTENGA EL CALOR Y LA SEGURIDAD!

- Mantenga objetos que puedan encenderse al menos a tres pies de distancia de cualquier artefacto de calefacción, como hornos, hogares, chimeneas, estufas a leña, o calefactores portátiles.
- Mantenga una zona "libre de niños" de tres pies de distancia alrededor de llamas abiertas y calefactores ambientales.
- Nunca use el horno para calentar su vivienda.
- Haga que un especialista calificado instale los equipos estacionarios de calefacción según los códigos locales y las instrucciones del fabricante.
- Haga que un especialista calificado limpie e inspeccione sus chimeneas y equipos de calefacción cada año.
- Recuerde apagar los calefactores portátiles al salir de la habitación o al irse a dormir.
- Siempre use el tipo de combustible adecuado, especificado por el fabricante, para calefactores quemadores de combustible.
- Asegúrese que su estufa a leña cuente con una pantalla de protección que evite que las chispas caigan en zona de riesgo. Las cenizas deben estar frías antes de ser colocadas en un contenedor metálico. Mantenga el contenedor a una distancia segura de su vivienda.
- Verifique las alarmas de humo de manera mensual.

### Calefacción con Inteligencia

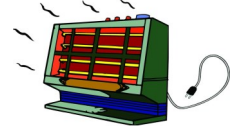
- Instale estufas a leña siguiendo las instrucciones del fabricante o contrate a un profesional. Todos los equipos quemadores de combustible deben ventilar hacia afuera para evitar la inhalación de monóxido de carbono (CO).
- Instale y mantenga alarmas de CO para evitar riesgos de envenenamiento. Si usted huele a gas en su calefactor, no encienda el artefacto. Salga inmediatamente de la vivienda y llame al Departamento de Bomberos Local o a su compañía de gas

### ES UN HECHO QUE:

La mitad de los incendios residenciales en EE.UU. provocados por artefactos de calefacción se reportan durante los meses de Diciembre, Enero, y Febrero.

Estos y otros excelentes consejos, actividades y videos están disponibles en:

[nfpa.org/education](http://nfpa.org/education)



## Gracias!



Gracias a todos quien apoyaron y ayudo en compartir nuestra campaña de recaudar fondos, LB Gives. Recaudamos mas de \$900.00!

Esté atento a nuestra recaudación de fondos de otoño a partir del 1 de octubre al 11 de octubre. ¡Recuerde que puede invitar a amigos, compañeros de trabajo y familiares por correo electrónico para unirse a la diversión! ¡Su hijo ganará premios adicionales solo por compartir! Todos los pedidos deben entregarse el 11 de octubre.

Gracias por su apoyo!



### Esquina de chistes

Que le dijo el arbolito a la hoja cuando se cayo?  
"No se en-joja!"

¿Qué le dice un gusano a otro gusano?  
"Me voy a dar una vuelta a la manzana."



### 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](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](mailto:program.intake@usda.gov). Esta institución es un proveedor que ofrece igualdad de oportunidades