



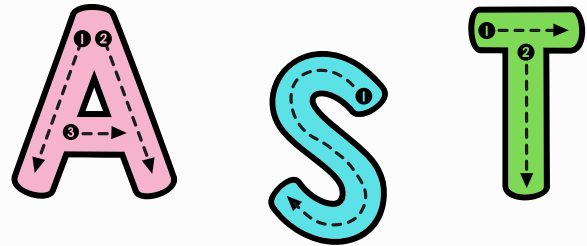
OPT NEWSLETTER

501 Atlantic Ave., Long Beach, CA 90802 562-437-8991 www.younghorizons.org

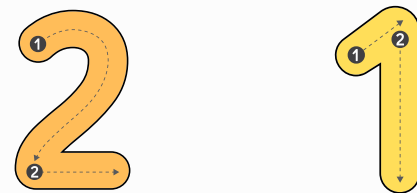
OPT UPDATES

It's a new school year and the OPT is inviting all parents and staff who are interested in supporting with the children's extra activities such as fundraisers, small events, workshops, Farm Day, among others. Interest forms were distributed, please complete and return to your child's teacher. We will begin campaigns 9/12-9/23 and hold elections at all centers 9/26-9/30. For more information, please feel free to contact Andrea Carrasco, OPT Parent Coordinator, 562-437-8991 ext. 114 or acarrasco@younghorizons.org

LETTERS OF THE MONTH



NUMBERS OF THE MONTH



COMING UP...

SEPT. 2: CENTERS CLOSED-
PROFESSIONAL DEVELOPMENT DAY

SEPT. 5: CENTERS CLOSED-
LABOR DAY

SEPT. 12- SEPT. 23: OPT CAMPAIGNS

SEPT. 12- SEPT. 23: OPEN HOUSE

SEPT. 26- SEPT. 30: OPT ELECTIONS

SEPT. 26- OCT. 07: OPT FALL FUNDRAISER
"FUN PASTA"



MONTHLY THEME: "DISCOVERING ME"

Everyone in the world is different; different skin color, sizes, and body features and that's what makes us unique and us, 'us'. Children will learn how to identify and describe their personal features and of their peers. We can take care of our bodies by brushing our teeth every morning and every night before bed, eating healthy foods and exercising. By doing so, our bodies become stronger and ready for school!

At home we can play games to identify our different body parts like "Heads, Shoulders, Knees, and Toes", "Simon Says", or even a memory game to remember what the name of our body parts are called.

Written by: Amiyah Hubbard- LBUSD student intern

Show how much you love us by giving a review!

And remember to stay connected with us!



Remind



EXPRESSING EMOTIONS

Every day brings chances for children to express their emotions. Here are five ways you can encourage children to share their feelings with you.



- **Act It Out-** Children often work through their biggest feelings while pretending. Fill a box with clothing that you no longer wear, like work shirts and hats, along with materials like wooden spoons, pillowcases, and paper-towel rolls. As children play, help them talk about emotions by asking, "How does this character feel? Why is she feeling _____?"
- **Share Emotions-** Children will be more likely to share emotions if they see grown-ups doing it, too. During mealtime, go around the table and share one thing you did and one emotion you felt that day.
- **Build on Books-** Use books as a window into emotions. Choose books in which the characters struggle with big emotions. Ask children, "How does this character feel? Why do you think they feel this way? Have you ever felt this way?"
- **Feel the Beat-** Children may have an easier time showing you how they feel if they do it in physical ways. Turn on music and encourage children to express their feelings with movements. Help them to name their feelings as they dance.
- **Heart to Art-** Kids can draw their feelings. Say, "Can you draw a happy thing that happened today?" If children come home with art you might say, "Tell me how this person is feeling," or, "This drawing reminds me of a time when I felt _____."



This month's secret image are fall leaves.

<https://sesamestreetincommunities.org/topics/emotions/?activity=expressing-emotions-2>

COMMUNITY SPOTLIGHT

Centro CHA has been the community's leading non-profit organization dedicated to the improvement and advancement of Latino/Hispanic. Through their various services, initiatives, and programs Centro CHA has played an integral role in the improvement of social and economic development and continues to be a beacon of hope to the community.

Visit them online <https://centrocha.org/> or call 562-612-4180 for more information.



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.



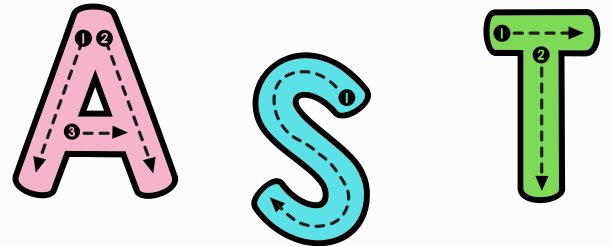
BOLETIN DE OPT

501 Atlantic Ave., Long Beach, CA 90802 562-437-8991 www.younghorizons.org

NOVEDADES DEL OPT

Es un nuevo año escolar y el OPT está invitando a todos los padres y personal que estén interesados en apoyar con las actividades adicionales de los niños como recaudaciones de fondos, pequeños eventos, talleres, y Día de la Granja, entre otros. Se distribuyeron formularios de interés, por favor complete y devuélvalo al maestro de su hijo. Comenzaremos las campañas del 9/12-9/23 y realizaremos elecciones en todos los centros del 26/9 al 9/30. Para obtener más información, no dude en comunicarse con Andrea Carrasco, Coordinadora de Padres de OPT, 562-437-8991 ext. 114 o acarrasco@younghorizons.org.

LETRAS DEL MES



NUMEROS DEL MES



PRÓXIMAMENTE...

2 DE SEPT.: CENTROS CERRADOS-
DÍA DEL DESARROLLO PROFESIONAL

5 DE SEPT.: CENTROS CERRADOS-
DÍA DEL TRABAJO

SEPT. 12- SEPT. 23: CAMPAÑAS DEL OPT

SEPT. 12- SEPT. 23: OPEN HOUSE

SEPT. 26- SEPT. 30: ELECCIONES DEL OPT

SEPT. 26- OCT. 07: RECAUDACION DE
FONDOS DE OTOÑO: "FUN PASTA"



TEMA DEL MES: "DESCUBRIÉNDOME"

Cada persona en el mundo es diferente; diferentes colores de piel, tamaños y características y eso es lo que nos hace únicos y nosotros, 'nosotros'. Los niños aprenderán a identificar y describir sus características personales y de sus compañeros. Podemos cuidar nuestros cuerpos cepillándonos los dientes todas las mañanas y todas las noches antes de acostarnos, comiendo alimentos saludables y haciendo ejercicio. ¡Al hacerlo, nuestros cuerpos se vuelven más fuertes y listos para la escuela! En casa podemos jugar juegos para identificar nuestras diferentes partes del cuerpo como "Cabezas, Hombros, Rodillas y Dedos de los Pies", "Simon Says", o incluso un juego de memoria para recordar cómo se llama el nombre de nuestras partes del cuerpo.

Escrito por: Amiyah Hubbard, estudiante intern-LBUSD

¡Demuestra cuánto nos amas dando una reseña!



¡Manténgase conectado con nosotros!



Remind



EXPLOREANDO EMOCIONES

Cada día trae oportunidades para que los niños expresen sus emociones. Aquí hay cinco maneras en que puede alentar a los niños a compartir sus sentimientos con usted.



- **Actúa:** los niños a menudo trabajan a través de sus sentimientos más grandes mientras fingen. Llene una caja con ropa que ya no use, como camisas de trabajo y sombreros, junto con materiales como cucharas de madera, fundas de almohada y rollos de papel y toallas. Mientras los niños juegan, ayúdelos a hablar sobre las emociones preguntando: "¿Cómo se siente este personaje? ¿Por qué se siente _____?"
- **Compartir emociones:** los niños serán más propensos a compartir emociones si ven a los adultos haciéndolo también. Durante la hora de comer, ve alrededor de la mesa y comparte una cosa que hiciste y una emoción que sentiste ese día.

- **Construir sobre libros-** Usa los libros como una ventana a las emociones. Elige libros en los que los personajes luchan con grandes emociones. Pregunte a los niños: "¿Cómo se siente este personaje? ¿Por qué crees que se sienten así? ¿Alguna vez te has sentido así?"
- **Siente el latido:** los niños pueden tener más facilidad para mostrarle cómo se sienten si lo hacen de manera física. Encienda la música y anime a los niños a expresar sus sentimientos con movimientos. Ayúdelos a nombrar sus sentimientos mientras bailan.
- **Heart to Art:** Los niños pueden dibujar sus sentimientos. Di: "¿Puedes dibujar algo feliz que sucedió hoy?" Si los niños llegan a casa con arte, podrían decir: "Dime cómo se siente esta persona" o "Este dibujo me recuerda a un momento en que me sentí _____".

<https://sesamestreetincommunities.org/topics/emotions/?activity=expressing-emotions-2>



This month's secret image are fall leaves.



AGENCIA COMUNITARIA DESTACADA

Centro CHA ha sido la organización sin fines de lucro líder en la comunidad dedicada a la mejora y el avance de los latinos / hispanos. A través de sus diversos servicios, iniciativas y programas, Centro CHA ha desempeñado un papel integral en la mejora del desarrollo social y económico y continúa siendo un faro de esperanza para la comunidad. Visítelos en línea <https://centrocha.org/> o llame al 562-612-4180 para obtener más información.

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