

PARENT NEWSLETTER



January
2024

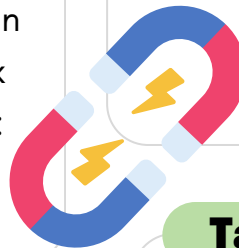
501 Atlantic Ave Long Beach, Ca 90802 562-437-8991 www.younghorizons.org

Monthly Theme: "World of Discovery"

This month's activities will allow children to learn and explore different topics. Topics will include discovering primary and secondary colors and mixing them to create different shades. We will explore objects that sink and float, water absorption, and different states of water. Children will discover magnetic and non-magnetic objects, learn about technology, its importance and how we can use technology in everyday life. Each week will include new vocabulary words such as: discover, absorption, primary, secondary, fuzzy, repel, attract.

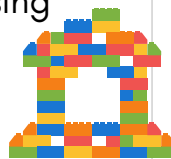
Upcoming events

- 1/2/24: Centers Closed- New Year's Day 
- 1/9/24: W.I.N.T.E.R. Info session at Kohn Center 4:30 pm
- 1/11/24: W.I.N.T.E.R. Info session at Ludloff Center 4:30 pm
- 1/15/24: Centers Closed- Dr. Martin Luther King Jr Day
- 1/20/24: Kindergarten Festival- Burcham Elementary 9am-12pm 5610 E Monlaco Rd, Long Beach, CA 90808



Announcements

Welcome back Shared Science! Ms. Laura will visit our centers for another exciting STEM lesson about earthquakes and why they happen. Children will create a stable building using LEGOs bricks to test their design on an earthquake simulator!



We are thrilled to announce we are now offering full day preschool services at our Central Pacific Center, 1840 Pacific Ave! Share with friends and family, our \$50 gift card incentive is ongoing and there is no limit of families who enroll! Please contact your Family Services Specialist to request a transfer.

Take Home Book Program!

You're invited to our Midpoint Celebration of our Take Home Book Program! Thank you for your continued participation in reading to your child. Keep up the great work in reading to your child and drawing in the journal! For those struggling, there is still time to jump back on track. More information is on your child's monthly calendar for scheduled and activities.



Healthy New Year's Resolutions for Children & Teens

By: Lanre Falusi, MD, FAAP

The start of a new year is a great time to help your children focus on forming good habits. Making New Year's resolutions can be a fun way to do this! Dr. Lanre Falusi, MD, FAAP, encourages families to create resolutions together, keeping them simple and fun.

Here are some healthy and positive goal-setting resolution ideas:

New Year's resolution ideas for preschoolers

- I will let my parents help me brush my teeth twice a day.
- I will wash my hands after going to the bathroom and before eating.



New Year's resolution ideas for kids (5 to 12 years old)

- I will drink water every day and healthy beverages like milk with meals. I will keep soda and fruit drinks only for special times.
- I will try to find a physical activity (like playing tag, jumping rope, dancing or riding my bike) or a sport I like and do it at least three times a week!

New Year's resolution ideas for teens (13 years old and older)

- I will try to get 8 to 10 hours of sleep that my body needs each night.
- When faced with a difficult decision, I will talk about my choices with an adult I can trust.

For a complete view of this article, visit: <https://www.healthychildren.org/English/family-life/family-dynamics/Pages/Healthy-New-Years-Resolutions-for-Kids.aspx>

Community Resource: Harbor Regional Center

Harbor Regional Center provides support, information, and choice to individuals with developmental disabilities and their families residing in the South Bay, Harbor, Long Beach, and southeast areas of Los Angeles County.

They serve people of all ages with developmental disabilities, infants with significant developmental delay or high risk for developmental disability, and pregnant women at risk of having a child with developmental disability. For more information, visit their website, <https://live-harborregional-2019.pantheonsite.io/about-us> or or call their main contact number, (310) 540-1711.



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. THIS INSTITUTION IS AN EQUAL OPPORTUNITY PROVIDER.

BOLETIN PARA PADRES



enero
2024

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

Tema del mes: "Mundo de Descubrimientos"

Las actividades de este mes permitirán a los niños aprender y explorar diferentes temas. Los temas incluirán descubrir colores primarios y secundarios y mezclarlos para crear diferentes tonos. Exploraremos objetos que se hunden y flotan, la absorción de agua y los diferentes estados del agua. Los niños descubrirán objetos magnéticos y no magnéticos, aprenderán sobre la tecnología, su importancia y cómo podemos usar la tecnología en la vida cotidiana. Cada semana incluirá nuevas palabras de vocabulario como: descubrir, absorción, primario, secundario, difuso, repeler, atraer.

Anuncios

¡Bienvenidos de nuevo a Shared Science! La Sra. Laura visitará nuestros centros para otra emocionante lección de STEM sobre los terremotos y por qué ocurren. ¡Los niños crearán un edificio estable usando ladrillos LEGO para probar su diseño en un simulador de terremotos!



¡Estamos encantados de anunciar que ahora estamos ofreciendo servicios preescolares de día completo en nuestro Centro del Pacífico Central, 1840 Pacific Ave! ¡Comparta con amigos y familiares, nuestro incentivo de tarjeta de regalo de \$ 50 está en curso y no hay límite de familias que se inscriban! Por favor, póngase en contacto con su Especialista en Servicios para solicitar una transferencia.

Próximos eventos

- 1/2/24: Centros Cerrados- Día de Año Nuevo *Happy New Year!*
- 1/9/24: W.I.N.T.E.R. Sesión informativa en el centro Kohn 4:30 pm
- 1/11/24: W.I.N.T.E.R. Sesión informativa en el centro Ludloff 4:30 pm
- 1/15/24: Centros Cerrados- Día de Dr. Martin Luther King Jr
- 1/20/24: Early Learning & Kindergarten Festival- Burcham Elementary 9am-12pm 5610 E Monlaco Rd, Long Beach, CA 90808

Programa de Libros a Casa

Te invitamos a nuestra Celebración del punto medio de nuestro programa de libros para llevar a casa! Gracias por su continua participación en la lectura de su hijo. ¡Continúe con el gran trabajo de leerle a su hijo y dibujar en el diario! Para aquellos que están luchando, todavía hay tiempo para poder participar. Hay más información en el calendario mensual de su hijo para conocer las actividades programadas y las actividades.



**NOW
ENROLLING!**



Propósitos saludables de Año Nuevo para niños y adolescentes

El comienzo de un nuevo año es un buen momento para ayudar a sus hijos a concentrarse en formar buenos hábitos. ¡Hacer propósitos de Año Nuevo puede ser una forma divertida de hacerlo! El Dr. Lanre Falusi, MD, FAAP, anima a las familias a crear resoluciones juntas, manteniéndolas simples y divertidas. Aquí hay algunas ideas de resolución saludables y positivas para establecer metas:

Ideas de propósitos de Año Nuevo para niños en edad preescolar

- Dejaré que mis padres me ayuden a cepillarme los dientes dos veces al día.
- Me lavaré las manos después de ir al baño y antes de comer.

Ideas de propósitos de Año Nuevo para niños (de 5 a 12 años)

- Beberé agua todos los días y bebidas saludable como la leche con las comidas. Guardaré refrescos y bebidas de frutas solo para momentos especiales.
- Intentaré encontrar una actividad física (como jugar a la mancha, saltar la cuerda, bailar o andar en bicicleta) o un deporte que me guste y lo haré al menos tres veces a la semana.

Ideas de propósitos de Año Nuevo para adolescentes (mayores de 13 años)

- Trataré de dormir de 8 a 10 horas que mi cuerpo necesita cada noche.
- Cuando me enfrente a una decisión difícil, hablaré sobre mis elecciones con un adulto en el que pueda confiar.

Para obtener una vista completa de este artículo, visite: <https://www.healthychildren.org/English/family-life/family-dynamics/Pages/Healthy-New-Years-Resolutions-for-Kids.aspx>



Recurso comunitario: Centro Regional

El Centro Regional Harbor brinda apoyo, información y opciones a las personas con discapacidades del desarrollo y sus familias que residen en las áreas de South Bay, Harbor, Long Beach y el sureste del condado de Los Ángeles.



Atienden a personas de todas las edades con discapacidades del desarrollo, bebés con retraso significativo en el desarrollo o alto riesgo de discapacidad del desarrollo y mujeres embarazadas en riesgo de tener un hijo con discapacidad del desarrollo. Para obtener más información, visite su sitio web, <https://live-harborregional-2019.pantheonsite.io/about-us> o llame a su número de contacto principal, (310) 540-1711.

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: 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. ESTA INSTITUCIÓN ES UN PROVEEDOR QUE OFRECE IGUALDAD DE OPORTUNIDADES