

PARENT NEWSLETTER


YOUNG HORIZONS
CARING · LOVING · LEARNING
May 2024



younghorizonslb



facebook.com/YoungHorizons



What we're learning

"The World of Animals"

- Pet care and the role of a veterinarian
- How to describe a jungle and identify jungle animals
- Dinosaurs! Name and compare different types of dinosaurs
- Understand the role of a paleontologist
- Farms, equipment and farmer's role
- To identify and care for farm animals
- Foods derived from farm animals



Vocab Bank:

extinct, paleontologist, fossil, coop, pitchfork, tractor, rainforest, safari, explorer



Teacher Appreciation Spirit Week, May 6th - May 10th

Monday

An apple a day...

Do an apple drawing, bring an apple scented item, or a fresh apple



Tuesday

Thankful Tuesday

Write a thank you letter to your teacher or staff



Wednesday

Flower Power

Draw a colorful flower or bring in a fresh flower



Thursday

Snack Time!

Bring a yummy sweet or salty snack for teachers



Friday

Teacher Favorites

Wear your teacher's favorite color or sports jersey



What's going on at YH

Thank you to all who have supported our Spring Fundraiser. If you have not yet turned in your money, please do so as soon as possible. Field trips will take place on May 1st and May 16th to Centennial Farm. Parents must complete orientation and sign agreement prior to day of field trip.

Potluck and Volunteer Sign up sheets for our Family and Staff picnic will be sent to all centers on May 1st. We can't wait to see everyone and are excited for this day! If you haven't done so, mark your calendars for Saturday, June 1st to join us at Recreation Park!

We will celebrate our teachers and supporting staff during the week of 5/6-5/10, please see activities below!

THANK YOU

Mark your Calendars!

- | | |
|-------------|---|
| 5/1/24 | Field trip to Centennial Farm!
KC & NP |
| 5/6 - 5/10 | Teacher Appreciation Week |
| 5/7 - 5/9 | Field trip orientations |
| 5/16/24 | Field trip to Centennial Farm!
GC, LC & CP |
| 5/27/24 | Centers Closed for
Memorial Day |
| 5/28 - 5/29 | No TV Night/THB Celebrations |



May is Mental Health Awareness Month

How can parents and caregivers check on their own mental health so they can be there for their children? Connecticut Children's pediatric psychologist Bradley S. Jerson, PhD, joins the Growing Healthy blog with these tips.

1. Focus on your relationship with your child – and don't worry about the other stuff– if your child is having a hard time at school, don't worry so much about their grades. Focus, instead, on their mental health and well-being.

2. Give yourself permission to do a "good enough" job as a parent.– Recognize that your "best" may be different than your own expectations of yourself.

3. Stop the comparisons.– Don't compare your family's experience to anyone else's, and don't measure yourself as a parent against anyone else

4. Forget "should."– Instead of thinking about how social media or other influences say you "should" be, focus on the kind of parent you would like to be.

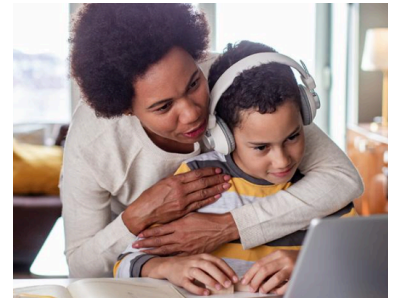
5. When stress is getting the better of you, pause.– Take a breath, and go to a separate space until you can react with control.

6. Tag in a trusted helper.– it's okay to say, "I'm noticing that my child is really struggling, but I'm having a hard time connecting with them because of how overwhelmed I am. Can I ask you to play a game with them or take them for a walk?"

7. Practice self-care.– Find small opportunities to sustain yourself each day.

8. Get mental health support. If you're struggling, the greatest gift you can give to your child is to seek mental health support for yourself.

for a complete view of the tips, visit: <https://www.connecticutchildrens.org/growing-healthy/8-mental-health-tips-parents>



Community Resource: Healthy Minds, Thriving Kids, the Positive Parenting, Thriving Kids Project

The second child mental health campaign funded by the state of California in partnership with the Child Mind Institute. These free evidence based videos are designed to help every parent and caregiver in California and beyond support their kids' mental health and self-esteem in today's stressful world.

This series of 20 videos features more than 150 caregivers, kids, and experts talking about some of the most pressing, confusing, and challenging questions that parents face. These 6 minute videos can be found on:

<https://childmind.org/education/thriving-kids/>

For more resources for California parents and caregivers, please visit CalHOPE.org.



How can I take care of myself so I can be the best parent I can be?
Self-Care and Parent-Child Relationships

Download Video
Download Learning Guide
Related Resources

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 PARA PADRES



younghorizonslb



facebook.com/YoungHorizons



lo que estamos aprendiendo

"El mundo de los animales"

- El cuidado de las mascotas y el papel del veterinario
- Cómo describir una jungla e identificar animales de la jungla
- ¡Dinosaurios! Nombra y compara diferentes tipos de dinosaurios
- Comprender el papel de un paleontólogo
- Granjas, equipos y papel del agricultor
- Identificar y cuidar animales de granja
- Alimentos derivados de animales de granja



Banco de vocabulario:

extinto, paleontólogo, fósil, cooperativa, horca, tractor, selva, safari, explorador



Semana del Espíritu de Apreciación de la Maestra/o, mayo 6 - mayo 10

Monday

Una manzana al día...



Haz un dibujo de manzana, lleva un artículo con aroma a manzana o una manzana fresca

Tuesday

Martes de agradecimiento



Escribe una carta de agradecimiento a tu maestra/o o personal

Wednesday

El poder de las flores



Dibuja una flor colorida o trae una flor fresca

Thursday

¡Hora de la merienda!



Traiga un delicioso refrigerio dulce o salado para los maestros

Friday

Favoritos de los profesores



Usa el color favorito de tu maestra/o o una camiseta deportiva

¿Qué está pasando en YH?

Gracias a todos los que han apoyado nuestra recaudación de fondos de primavera. Si aún no ha entregado su dinero, favor de entregar lo antes posible. Las excursiones se llevarán a cabo el 1 y 16 de mayo a Centennial Farm. Los padres deben completar la orientación y firmar el acuerdo antes del día de la excursión.

Las hojas para apuntarse de compartir comidas y voluntarios para nuestro picnic familiar y del personal se enviarán a todos los centros el 1 de mayo. ¡Estamos ansiosos por verlos a todos y estamos emocionados por este día! Si aún no lo ha hecho, marque en su calendario el **sábado 1 de junio** para unirse a nosotros en el Recreation Park.

Celebraremos a nuestros maestros y personal de apoyo durante la semana de 5/6-5/10, ¡vea las actividades a continuación!



¡Marquen sus calendarios!

- | | |
|-------------|--|
| 5/1/24 | ¡Excursión a Centennial Farm! KC & NP |
| 5/6 - 5/10 | Semana del Espíritu de Apreciación de la Maestra/o |
| 5/7 - 5/9 | Orientaciones para excursiones |
| 5/16/24 | ¡Excursión a Centennial Farm! GC, LC & CP |
| 5/27/24 | Centros cerrados por Día de los caídos |
| 5/28 - 5/29 | Noches sin TV/Celebraciones Llevar libros a Casa |



Mayo es el Mes de la Concientización sobre la Salud Mental

¿Cómo pueden los padres y cuidadores controlar su propia salud mental para poder estar ahí para sus hijos? El psicólogo pediátrico de Connecticut Children's, Bradley S. Jerson, PhD, se une al blog Growing Healthy con estos consejos.

1. Concéntrese en su relación con su hijo, y no se preocupe por las otras cosas: si su hijo está teniendo dificultades en la escuela, no se preocupe tanto por sus calificaciones. Concéntrate, en cambio, en su salud mental y bienestar.

2. Date permiso para hacer un trabajo "suficientemente bueno" como padre.- Reconozca que su "mejor" puede ser diferente a las expectativas que tiene de sí mismo.

3. . Deja de hacer comparaciones.- No compares la experiencia de tu familia con la de nadie más, y no te midas como padre con nadie más

4. Olvídate del "debería". - En lugar de pensar en cómo las redes sociales u otras influencias dicen que "deberías" ser, concéntrese en el tipo de padre que le gustaría ser.

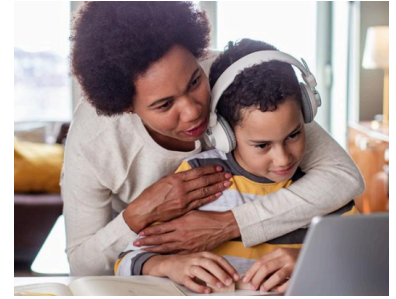
5. Cuando el estrés se esté apoderando de ti, haz una pausa.- Respire y vaya a un espacio separado hasta que pueda reaccionar con control.

6. Etiquete a un ayudante de confianza.- Está bien decir: "Me doy cuenta de que mi hijo tiene muchas dificultades, pero me cuesta conectarme con él debido a lo abrumado que estoy. ¿Puedo pedirte que juegues con ellos o que los lleves a dar un paseo?"

7. Practique el autocuidado.- Encuentre pequeñas oportunidades para sostenerse cada día.

8. . Obtenga apoyo de salud mental. Si tiene dificultades, el mejor regalo que puede darle a su hijo es buscar apoyo para su salud mental.

for a complete view of the tips, visit: <https://www.connecticutchildrens.org/growing-healthy/8-mental-health-tips-parents>



Recurso comunitario: Mentes sanas, niños prósperos, Proyecto de crianza positiva, niños prósperos

La segunda campaña de salud mental infantil financiada por el estado de California en asociación con el Child Mind Institute. Estos videos gratuitos basados en evidencia están diseñados para ayudar a todos los padres y cuidadores en California y más allá a apoyar la salud mental y la autoestima de sus hijos en el estresante mundo de hoy.

Esta serie de 20 videos presenta a más de 150 cuidadores, niños y expertos que hablan sobre algunas de las preguntas más apremiantes, confusas y desafiantes que enfrentan los padres. Estos vídeos de 6 minutos se pueden encontrar en:

<https://childmind.org/education/thriving-kids/>

Para obtener más recursos para padres y cuidadores de California, visite CalHOPE.org.



How can I take care of myself so I can be the best parent I can be?
Self-Care and Parent-Child Relationships

6:27 min

Download Video
Download Learning Guide
Related Resources

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