



KIDCO EXPRESS



KIDCO Child Care
Miami, FL

MAYO 2012

Días para Recordar

Las clases de Yoga se darán una vez en cada centro de KIDCO - se le avisara la fecha.

4 de mayo

- 3:30pm - *Entrenamiento sobre Nutrición para todos los centros* - KIDCO III



7 al 11 de mayo

- *Semana de Apreciación del Maestro*

9 de mayo

- 9:00 am - clases de gimnasia - KIDCO I y KIDCO III

10 de mayo

- 3:30pm - Reunión del Comité de Padres - KIDCO III
- 4:00pm - Reunión del Comité de Padres - KIDCO II

11 de mayo

- 3:30pm - *Entrenamiento sobre Nutrición para todos los centros* - KIDCO III

13 de mayo

- *Día de las Madres*

16 de mayo

- 8:45 am - Clases de gimnasia en KIDCO II

17 de mayo

- 4:00pm - Reunión del Comité de Política - KIDCO Central

18 de mayo

- *Día de Pantalón Jean/Azúl* - Vístase con pantalón o algo azul
- 3:30pm - *Entrenamiento sobre Nutrición para todos los centros en KIDCO III*

23 de mayo

- *36to Aniversario de KIDCO II*
- 9:00am - Clases de gimnasia - KIDCO IV

25 de mayo

3:30pm - *Entrenamiento sobre Nutrición* - Para todos los centros - KIDCO III.



28 de mayo

- **CENTRO ESTARA CERRADO - DIA DE RECORDACION**

Esquina para los Padres

“DISCIPLINA POSITIVA”

Para ayudar a los niños a tener más *control de sus emociones*, es útil proporcionarles una rutina estructurada y anticipar situaciones problemáticas. Los niños pequeños tienden a perder el control de sus acciones y emociones cuando están cansados o sobre-estimulados. Para evitar esas situaciones, es importante *establecer límites y establecer reglas* que su hijo pueda entender y seguir. Lo importante es hacer que la rutina sea predecible y establecer límites que hagan que él o ella se sientan seguros. Su hijo necesita saber qué esperar y qué se espera de él o ella.

Mire su propio comportamiento para ver lo que está enseñando a su hijo. Recuerde manejar las situaciones estresantes tranquilamente y sin enojo -actuar en lugar de reaccionar. *Cuando tú empujas un niño fuera de una tienda, le enseñas coraje. Cuando remueves el niño con calma y sin juzgarlo, enseñas autocontrol.* La clave está en el comportamiento del modelo que ayuda a los niños a aprender a regular sus emociones y acciones.

Algunas situaciones pueden afectar a su hijo emocionalmente. Por ejemplo, si su hijo es *bien activo*, proporcionele un espacio amplio para poder moverse. Si su hijo es *tímido*, no acuerde una fecha de juego con un niño agresivo. Si su hijo es *sensible al ruido alto*, evite los entornos demasiados estimulantes.

Es importante ver cada situación a través de los ojos de su hijo. Los niños jóvenes carecen de la madurez emocional para tomar decisiones de adultos. Recuerde que dando no es igual que amor. *La disciplina positiva trata de enseñar, no castigar.* Cuando su hijo se porta mal de cualquier manera, siempre es mejor actuar con calma, rápidamente y respetuosamente. Al practicar “disciplina respetuosa”, usted mostrará a su hijo como cooperar, actuar amablemente y aceptar la responsabilidad personal por sus acciones.

Nutrición

Consejos Para Asar Vegetales

- Marinar los vegetales. Esto ayuda a sacar sus mejores sabores. Simplemente marinar los vegetales alrededor de una hora antes de ponerlo en la parrilla.
- Si no marina los vegetales, solo póngale aceite de oliva y agregue sal u otros condimentos.
- Corte los vegetales en formas que sea fácil cocinarlos
- Los vegetales usualmente están en 8-10 minutos. Los vegetales gruesos pueden tardar más tiempo.

Otros Consejos Saludables

- Haga una quesadilla de queso con diferentes tipos de queso rallado como Monterrey Jack y Cheddar.
- Ensaladas de pasta fría con sus vegetales favoritos. Pruebe la pasta con color o elija pasta con divertidas formas.

Cumpleaños en Mayo

Gloria Ramirez	1 de mayo
America Puig	5 de mayo
Hilda Olivares	8 de mayo
Jossie Battle	21 de mayo
Ariadna Rivero	23 de mayo
Ericka Cabrera	31 de mayo

ANUNCIOS

- Último día de clases para Head Start:
Junio 1, 2012
- Ceremonias de Fin de Año:
KIDCO II - Junio 5 (mañana)
KIDCO III - Junio 5 (tarde)
KIDCO I - Junio 6 (mañana)
KIDCO IV - Junio 6 (tarde)