



Dias para Recordar

1 de junio

- Último día para las clases de Head Start

4 de junio

- Último día para los Niños de VPK



5 de junio

- 10:00am - KIDCO IV Ceremonia de Fin de Año Escolar en la Iglesia Episcopal Holy Cross

5 de junio

- 2:00pm - KIDCO III Ceremonia de Fin de Año Escolar en la Iglesia Episcopal Holy Cross

6 de junio

- 10:00am - KIDCO I Ceremonia de Fin de Año Escolar en la Iglesia Episcopal Holy Cross

6 de junio

- 2:00pm - KIDCO II Ceremonia de Fin de Año Escolar en la Iglesia Episcopal Holy Cross

8 de junio

- Comienzan las Clases de Verano para VPK



17 de junio

- DIA DE LOS PADRES

20 de junio

- Comienza el Verano

21 de junio

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



Cumpleaños en Junio

Fruma Margolis	4 de junio
Luisa Arias	6 de junio
Grisely Soto	10 de junio
Maritza Arias	25 de junio
Sandra Kolonias	26 de junio

Esquina para los Padres

Sea Cauteloso en Actividades de Verano

- El verano está aquí, y con él vienen los peligros de estar en y alrededor del agua. Los niños son muy atraídos por el agua, pero el agua puede ser muy peligrosa. Los ahogamientos son la causa más frecuente de muerte accidental para los niños en edades de uno a cinco. Por desgracia los incidentes de ahogamiento también envían a niños a la sala de emergencias y otros hospitalizados por lesiones por estar bajo el agua por mucho tiempo. Sólo una pequeña cantidad de agua puede ahogar un niño pequeño.
- Los adultos necesitan estar siempre al alcance del brazo de su niño cuando están en o cerca del agua. Los adultos también necesitan ver a los niños cerca y alrededor de bañeras, inodoros y baldes. Recuerde que debe permanecer siempre cerca de los niños cuando estén alrededor de balnearios, piscinas y todos los cuerpos de agua como arroyos, estanques, canales, ríos, lagos y océanos. Nunca deje de mirar los niños aun cuando han tenido clases de natación o hay un salvavidas de turno. Tome turno siendo el "vigilante del agua". Si usted está en una piscina con un grupo de padres y niños, recuerde que la persona que este vigilando debe saber cómo administrar primeros auxilios.
- Al planear unas vacaciones familiares cerca o en el agua, tenga un tubo de rescate, un flotador y un teléfono celular. Lo más importante, hable con sus hijos sobre la importancia de seguir las reglas que pueden mantenerlos seguros alrededor del agua.
- Recuerde siempre asegurar las puertas que detenga a su hijo llegar al agua. Mire alrededor y mantenga sus ojos en sus hijos todo el tiempo. Aprenda las habilidades necesarias para salvar vidas. Siguiendo estos sencillos consejos, puede garantizar una experiencia divertida y segura para sus hijos.

Nutrición

Comprando saludable y Dentro del Presupuesto

Los siguientes son algunos consejos para ayudarlo a ahorrar dinero en el supermercado, mientras compra opciones saludables que son buenas para usted y su familia.

- Los alimentos enlatados, congelados y secos: Estos pueden ser menos costosos que los productos frescos y puede contener tantas vitaminas y minerales; algunos incluso tienen más. Trate de elegir aquellos que digan no contienen sal o que tengan reducción de sodio
- Proteínas: Las carnes son más caras que los huevos y frijoles. Los frijoles son muy baratos y llenos de nutrientes; ideal para su bolsillo y su salud.
- Merienda con 100-calorías por paquete: Prepárela usted mismo por racionamiento y póngala en bolsitas desechables.
- Paquetes por cantidad: Se puede comprar en cantidades con un amigo, por lo que se pueden dividir el costo y el alimento.
- Información de Nutrición: Es muy importante leer las etiquetas de los alimentos y educarse a tomar decisiones inteligentes cuando se comparan salud y precio.
- Las frutas y las verduras de Temporada: Compre frutas y verduras en temporada y busque productos locales.