

Otoño 2025

Boletín Informativo para Padres



¡Un
Comienzo
Fuerte en
la Vida!

¡Hola, familias de Head Start de Shasta!

El nuevo año del programa ha comenzado en Head Start de Shasta. Este año será fantástico. Todos nuestros centros cuentan con personal completo para brindarle a su hijo un comienzo fuerte en la vida. Tenemos vacantes constantemente, así que, por favor, avísenles a sus amigos y familiares que se apunten a nuestra lista de espera si desean que sus hijos asistan a nuestro programa Head Start.

La participación de los padres es importante para nuestro programa, así que, si tienen tiempo, asistan a las reuniones de padres de su centro. Las reuniones de padres les brindan la oportunidad de compartir sus comentarios con su representante del consejo de políticas. Su representante del consejo de políticas traerá sus comentarios a nuestra reunión mensual para su análisis. Si les interesa ser representantes del consejo de políticas, por favor, infórmelo a su trabajador social familiar.

Espero otro año maravilloso para los niños y padres de nuestro programa.

Gracias
Gordon Chatham
Director Ejecutivo

[Día de Mr. Roger's](#)

[Hacer de la
Crianza un Placer](#)

Plan de Salud Partnership
de California



Artículo Sobre el Desarrollo Infantil

Shasta Head Start se enorgullece de ser un afiliado del programa Criando a un Lector. Criando a un Lector es una organización nacional sin fines de lucro que se centra en enseñar la importancia de la alfabetización temprana, permitir que los niños tengan libros de alta calidad en sus hogares y conectar a las familias con las bibliotecas locales. Una de las maneras en que Criando a un Lector logra su objetivo es a través de su programa de rotación de libros. La rotación de libros es como una biblioteca en nuestros centros. Los niños participantes se llevarán a casa una bolsa con libros cada semana para que la familia disfrute de la lectura en familia. Las bolsas se devolverán al final de la semana y se enviarán nuevas bolsas a casa.

Participar en el programa de rotación de libros "Criando a un Lector" es muy fácil. Aquí te explicamos cómo:

- Asista a la reunión de orientación familiar de Criando a un Lector en su centro o pregunte cómo obtener más información sobre el programa.
- Complete el Compromiso para el Éxito de Criando a un Lector y devuélvalo a su centro.
- Luego, cada semana, su hijo traerá a casa una bolsa roja de Criando a un Lector con cuatro libros para que disfrute durante la semana.
- Lleve la bolsa de libros de Criando a un Lector a su centro el día indicado y se le enviará una nueva bolsa a casa

¡Así de fácil! Para saber más sobre "Criando a un Lector", verlo en acción y escuchar testimonios, visita la página de YouTube de "Criando a un Lector" en www.youtube.com/@RARNational.

¡Esperamos que te inscribas en Criando a un Lector y disfrutes de un año de lectura con tu hijo/a!

¡Feliz año del programa 2025-2026 y feliz lectura!



Servicios de Salud

Pronto llegará la temporada de sopas. Por pedido popular, nuestra receta más solicitada en Shasta Head Start: ¡sopa de salchicha y tortellini! Ahora puedes prepararla en casa con tu familia. Cocina con tus hijos: ¡es una forma divertida de pasar tiempo juntos y aprender habilidades para la vida!

Sopa de Tortellini con Salchicha Italiana y Espinacas

Para 6 personas

Ingredientes:

1 libra de salchicha molida
1 cebolla pequeña (picada)
2 dientes de ajo fresco (picados)
32 oz de caldo de pollo
14 oz de tomates cortados en cubitos (sin escurrir)
8 oz de salsa de tomate
2 cucharaditas de condimento italiano
1 bolsa de 250 g de tortellini de queso
9 oz de espinacas frescas (picadas gruesas)
Opcional: una pizca de hojuelas de pimiento rojo triturado, sal y pimienta al gusto.
Queso parmesano rallado para aderezar la sopa

Instrucciones:

Saltee el ajo, la cebolla y la salchicha a fuego medio-alto hasta que esté dorada y desmenuzada (escurra si es necesario). Añada condimento italiano y hojuelas de pimiento rojo y cocine durante 1 minuto. Agregue los tomates y el caldo de pollo y deje hervir. Agregue los tortellini y cocine de 6 a 10 minutos, luego agregue las espinacas y cocine unos minutos más. (No los cocine demasiado). Sirva con queso parmesano.



Nuevo Año Escolar. Nuevas Rutinas

¡Bienvenidos al nuevo año escolar! Las transiciones pueden ser emocionantes y un poco complicadas, especialmente para los niños pequeños. Establecer rutinas constantes puede ayudar a tu hijo a sentirse seguro, confiado y listo para aprender.

Rutinas de la Mañana: empezar el día con calma

Las mañanas predecibles reducen el estrés tanto en los niños como en los padres, estableciendo un tono positivo para el día. [bkpk_morning_routine.pdf](#)

Consejos para unas mañanas más tranquilas:

- Despierta de 10 a 15 minutos antes para evitar las prisas.
- Ofrece opciones sencillas (p. ej., "¿Quieres la camiseta roja o la azul?").
- Usa una tabla visual de rutinas con imágenes de cada paso: despertar, ir al baño, vestirse, comer, cepillarse los dientes, ponerse los zapatos y salir!
- Pon música suave o canta una canción de buenos días.

Prueba esto: prepara las maletas y la ropa la noche anterior para ahorrar tiempo.

Rutina de despedida: decir adiós con amor

Las despedidas consistentes generan confianza y ayudan a los niños a adaptarse a la separación.

Consejos para facilitar las entregas:

- Sé breve y positivo ("¡Te quiero! ¡Nos vemos después de la merienda!").
- Usa el mismo ritual de despedida todos los días: un abrazo, chocar los cinco, revisar el horario, etc.
- Evita escabullirte; puede aumentar la ansiedad por separación.
- Mantén la calma y la confianza; tu hijo te busca para darte señales.

Si tu hijo llora, ¡no te preocupes! Los maestros están capacitados para consolarlo y reconducirlo con suavidad.

[¡Haga clic AQUÍ para ver el artículo completo!](#)

Recursos

Condado de Shasta

- [Shasta - 2-1-1 NorCal](#)
- [First 5 Shasta](#)
- [Campeones Por los Niños](#)
- [Feria Central de Trabajos SMART](#)

Condado de Siskiyou

- [Siskiyou - 2-1-1 NorCal](#)
- [First 5 Condado de Siskiyou](#)
- [Siskiyou Café para Padres](#)
- [Feria Central de Trabajos SMART Mt Shasta](#)

Condado de Trinity

- [First 5 Condado de Trinity](#)
- [Red de Respuesta Humana \(Human Response Network\) \(HRN\) | Organización sin fines de Lucro](#)
- [Trinity | Centro de Recursos para Empresas Smart](#)

