



Congratulations to our newest NHTSA-certified Car Safety Seat Technicians, Anahi Flores and Faviola Ledezma! Anahi and Faviola spent a long and information-packed week learning how to evaluate, fit, and install car safety seats. They spent many hours of in-class study, passed multiple tests of knowledge, and did many practice seat installations to become certified. It's quite a feat to pass this training the first time around. So RCCS is very pleased to have TWO staff who were successful! There are now THREE bilingual, certified car safety seat technicians at RCCS. Anahi and Favi are under the watchful eye of our new Executive Director, Soledad Cardona, a Senior Certified Car Safety Seat Technician.

Legislative Updates of Interest to Child Care Providers and Parents from the Resource and Referral Network:

AB 2236: Care facilities: civil penalties, has been amended to include child care facilities. The bill is expected to go to the Governor's Desk this week. Here is a summary of the child care section related to the bill:

Violation	Amount for Small FCC	Amount for Large FCC	Amount for Center serving 30 or less children	Amount for Center serving 31-100 children	Amount for Center serving more than 100 children
Resulted in the death of a child	\$5,000	\$7,500	\$7,500	\$10,000	\$15,000
Constitutes physical abuse or resulted in serious injury	\$1,000	\$2,000	\$2,500	\$5,000	\$10,000

Physical abuse = includes physical injury inflicted upon a child by another person by other than accidental means, sexual abuse as defined in Section 11165.1 of the Penal Code, neglect as defined in Section 11165.2 of the Penal Code, or unlawful corporal punishment or injury as defined in Section 11165.4 of the Penal Code when the person responsible for the child's welfare is a licensee, administrator, or employee of any facility licensed to care for children, or an administrator or employee of a public or private school or other institution or agency.

Repeat Violations subject to an immediate civil penalty of one hundred fifty dollars (\$150) for each day the violation continues until the deficiency is corrected.

Revenues received from payment of civil penalties shall be used exclusively for the technical assistance, orientation, training, and education of licensed day care providers, and to assist families with the identification, transportation, and enrollment of children to another day care facility when a family's day care facility's license is revoked or temporarily suspended.

Appeal = A licensee has 10 days of receipt of the notice of a civil penalty assessment to appeal. First review shall be conducted by a regional manager of the Community Care Licensing Division (CCLD); Second review to program administrator of the CCLD; Third review to deputy director; fourth review to administrative law judge. The licensee shall be notified in writing of the decision within 60 days in each process.

DSS to amend regulations reflecting change by **January 1, 2016**.

View the latest legislative update: http://www.rrnetwork.org/child_care_legislation



Thank you Kim Johnson, Public Policy Director for the CA Child Care Resource & Referral Network for this update.

Nuestra misión es cultivar el desarrollo saludable de los niños y familias en nuestra comunidad. Ofrecemos recursos, referencias, apoyo y oportunidades a los proveedores de cuidado de niños, familias y comunidades en el Oeste de Condado de Sonoma

"Our mission is to nurture the healthy development of children and families in our community. We offer resources, referrals, support and opportunities to child care providers, families and communities in western Sonoma County".

Announcing our Holiday Gift Program, “Secret Santa”

Is Your Child in Need of a Holiday Gift?

We are pleased to announce that RCCS will be working with the Volunteer Center of Sonoma County and its holidays gift program. This program sets up “Gift Trees” in businesses and stores around Sonoma County on which tags detailing the gift wishes of children are hung. Generous members of our community then select a tag from the tree and purchase the gift the child is wishing for. RCCS receives the gifts, and the parent is contacted for pickup.

Our requests are for children under 18 years old. To submit your request, we will need as much information about the gift wish as possible. This will allow the shoppers to find the gift your child is wishing for. Details such as clothing sizes, colors, shoe sizes, styles, etc., are very important. Please talk to your child before you contact us to get all the details about her or his wish. ***Before*** calling RCCS have the following details ready ***for each child requesting gifts***

- My Case Manager’s Name
- My Child’s Name
- My Child’s Age and Sex
- My Child’s Gift Wish (*please keep under \$35*)
- Further Details about Wish: **If clothing or shoes**, describe : size (and whether it is a child, teen, adult size?) preferred colors and styles
- **Also** supply the same information about a **second option**

Please provide a bit of personalized Information about your child (this could include interests, challenges, talents, etc). ***Tags are most likely to be selected from the gift trees if they provide special information about your child. Help us ensure that your child receives a holiday gift!***

DEADLINE FOR GIFT REQUESTS IS: Monday, October 24, 2014, you must call us before this date, the sooner the better. *No wishes will be accepted after this date.*

The Volunteer Center and RCCS cannot guarantee that your child’s wish gift will be granted, but RCCS will do it’s best to see that each child receives an appropriate gift. May all wishes be granted! We look forward to hearing from you.



Le estamos anunciado nuestro programa de regalo para los días de fiesta, “ Secret Santa “

¿Está su niño en necesidad de un regalo para las fiestas navideñas?

Tenemos el agrado de anunciar que RCCS estarán trabajando con el Centro de Voluntarios del Condado de Sonoma y el programa de donaciones de regalos. Este programa establece “Árboles de Regalo” en las empresas y tiendas de todo el condado de Sonoma en el que se cuelgan las etiquetas que detallan el deseo de los niños. Miembros generosos de nuestra comunidad seleccionan una etiqueta en el árbol y compran el regalo que el niño está deseando. RCCS recibe los regalos, y después nosotros contactamos a los padres para que vengan a recoger los regalos.

Las peticiones son para niños menores de 18 años de edad. Para enviar su solicitud, vamos a necesitar toda la información posible sobre el regalo que desean. Esto permitirá a los compradores encontrar el regalo que su hijo desea. Detalles como las tallas de ropa, colores, tamaños, estilos de zapatos, etc. son muy importantes. Hable con su hijo antes de ponerse en contacto con nosotros para obtener todos los detalles acerca de lo desea su hijo. Antes de llamar a RCCS tenga a al mano los detalles listos para cada niño que solicite regalo.

- Nombre de su trabajadora de su Caso
- Nombre de su hijo
- La edad y el sexo de su hijo
- Lo que desea su hijo (por favor, que sea menos de \$ 35)
- Para saber más acerca de su petición: Si es ropa o zapatos, describa: Tamaño (¿y si es talla de niño, adolescente o de adulto) colores y estilos que prefiere
- También le preguntaremos la misma información para una segunda opción

Por favor, proporcione un poco de información personalizada acerca de su hijo (esto podría incluir los intereses, desafíos, talentos, etc.) Las etiquetas tienen más posibilidades de ser seleccionadas de los árboles de regalo si proporcionan información especial acerca de su hijo. Ayúdenos a asegurar que su hijo reciba un regalo para las fiestas navideñas !

LA FECHA LÍMITE PARA LAS SOLICITUDES DE REGALO ES: Lunes 24 octubre de 2014, debe llamarnos antes de esta fecha, y cuanto antes mejor. No se aceptaran peticiones después de esta fecha.

El Centro de Voluntarios y RCCS no garantiza que el regalo de su hijo sea lo que pidió y tampoco garantizamos que tengamos un regalo para su hijo!
Esperamos con interés escuchar de usted.



**River to
Coast
Children's
Services**

Resources, Referrals, and Support / Recursos, Referencias, y Apoyo

venga al

Festival de Otoño de RCCS

Viernes, 31 de octubre 2014

10:00 AM al mediodia

en el salon de los veteranos de Guerneville
en la esquina de 1st y Church, Guerneville

come to the RCCS

Fall Festival

10 AM to NOON

Friday, October 31, 2014

at Guerneville Veterans' Hall

Church and 1st Street, Guerneville

Juegos!
Gratis!
Premios!



Games!
Prizes!
Free!



for more information ☺ para más información llame: 707.869.3613

River to Coast Children's Services

Staff and their phone number extensions.
(707) 869-3613:



- Soledad Cardona (Executive Director) 107
- Agnese Daniel (Fiscal Director) 106
- Paige Allen (Fiscal Specialist) 110
- Ana Martinez (Family Case Manager) 109
- Faviola Ledezma (Family Case Manager) 114
- Julian Villarreal-Kirby (Family Case Manager) 155
- Julie Feingold (Child Development Program Director) 105
- Mendy Behrens (Child Development Resource Specialist) 117
- Kari Wilson (Child Development Resource Specialist) 116
- Lupita Dominguez (Child Development Resource Specialist) 118
- Elaina Boyce (Community Resources & Referral Coordinator, Newsletter Editor) 104
- Anahi Flores (R&R Counselor, Office Manager) 101
- Sabrina Dannels, Psy.D., Registered Psychologist RPS2012411 (Counseling Intern) Call 869-3613 for appointment information

SOME THOUGHTS ON OUR REFERRAL POLICY RIVER TO COAST CHILDREN'S SERVICES'

referral policy is based on respecting parental choice. Responsibility for selecting child care rests with each parent. RCCS assists parents in finding the widest range of available child care and offers information to help families evaluate available child care options. A RIVER TO COAST CHILDREN'S SERVICES referral is not a recommendation or a guarantee of quality care. Parents should carefully interview and check references of potential child care providers before leaving a child in their care. For Information on all licensed family child care homes and centers call Community Care Licensing at 707.588.5026

ALGUNOS PUNTOS DE NUESTRA POLIZA DEREFERENCIAS La poliza de referencias de RIVER TO COAST CHILDREN'S SERVICES

respetar la preferencia de los padres. La responsabilidad de escoger el cuidado de niños es de los padres. Asistimos a los padres a encontrar la variedad más amplia de cuidado de niños que se ofrece y ofrecemos información para evaluar el cuidado de niños. Una recomendación de RCCS no significa una garantía de calidad. Les pedimos a los padres que hagan una entrevista cuidadosa y que examinen las recomendaciones antes de que dejen un niño al cuidado de otra persona. Padres que están buscando información acerca de quejas previas de una casa o centro con licencia para cuidar niños, pueden llamar a Community Care Licensing tel. 588-5026.

A Healthy Mouth for Your Baby

Healthy teeth are important—even baby teeth. Children need healthy teeth to help them chew and to speak clearly. And baby teeth hold space for adult teeth.

Ann talks with Maria

Ann and her friend Maria were watching Maria's children play.

- "What are you doing?" asked Ann.
- "I'm cleaning my baby's teeth," said Maria.
- "But your baby hardly has any teeth!" said Ann.
- "Yes, but the dentist said there are things I can do to keep my baby from getting cavities," said Maria.
- "But don't baby teeth just fall out?" asked Ann.
- "Yes, but before they fall out baby teeth can decay and cause pain for the baby. And baby teeth are important—they hold space for adult teeth," said Maria.
- "What else did the dentist say?" asked Ann.
- "She told me that fluoride protects teeth. She also said to feed my baby healthy foods and not to put my baby to bed with a bottle," said Maria.
- "When do you have to start taking care of a baby's teeth?" asked Ann.
- "As soon as they come in. Teeth can start to decay as soon as they appear in the mouth," said Maria.
- "I'll have to start thinking of those things soon!" said Ann.

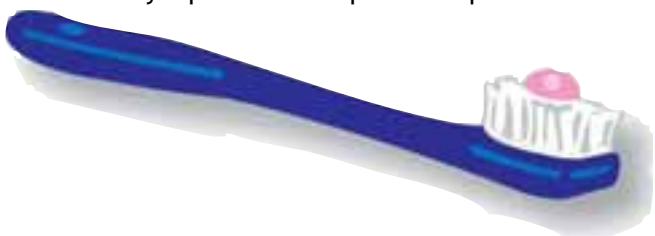
Protect your baby's teeth with fluoride.

Fluoride (said like floor-eyed) protects teeth from tooth decay. It can even heal early decay. Fluoride is in the drinking water of many towns and cities. Ask a dentist or doctor if your water has fluoride in it. If it doesn't, ask about other kinds of fluoride (such as fluoride varnish or drops) that can help keep your baby's teeth healthy.

Check and clean your baby's teeth.

CHECK your baby's teeth. Healthy teeth should be all one color. If you see spots or stains on the teeth, take your baby to a dentist. **CLEAN** your baby's teeth. Clean them as soon as they come in with a clean, soft cloth or a baby's toothbrush. Clean the teeth at least once a day. It's best to clean them right before bedtime. At about age 2 (or sooner if a dentist or doctor suggests it) you should start putting fluoride toothpaste on your child's toothbrush.

Use only a pea-sized drop of toothpaste



Don't put your baby to bed with a bottle.

Milk, formula, juice, and other drinks such as soda all have sugar in them. If sugary liquids stay on your baby's teeth too long, it can lead to tooth decay. (And decayed teeth can cause pain for your baby.)

What's one of the most important things you can do to keep your baby from getting cavities?

Avoid putting him to bed with a bottle—at night or at nap time. (If you do put your baby to bed with a bottle, fill it only with water.)

Here are some other things you can do:

1. Between feedings, don't give your baby a bottle or sippy cup filled with sweet drinks to carry around.
2. Near his first birthday, teach your child to drink from an open cup.
3. If your baby uses a pacifier, don't dip it in anything sweet like sugar or honey.
4. Feed your baby healthy food.
5. Choose foods without a lot of sugar in them.
6. Give your child fruits and vegetables for snacks.
7. Save cookies and other treats for special occasions.
8. Take your child to the dentist. Your child should have a dental visit by his first birthday. At this visit, the dentist will:
 - Check your child's teeth.
 - Show you the best way to clean your child's teeth.
 - Talk to you about other things such as a healthy diet and fluoride that can keep your child's mouth healthy.

Young children cannot get their teeth clean by themselves. Until they are 7 or 8 years old, you will need to help them brush. Try brushing their teeth first and then letting them finish.



Una boca saludable para su bebé

Mantener los dientes saludables es importante para todos, incluyendo para su bebé. Los niños necesitan dientes sanos para poder masticar y hablar claramente. Los dientes de leche también mantienen el espacio para los dientes permanentes.

Ana conversa con María

Ana y su amiga María estaban observando a los niños de María jugar.

“¿Qué estás haciendo?” preguntó Ana.

- “Le estoy limpiando los dientes a mi bebé”, contestó María.
- “¡Pero tu bebé tiene pocos dientes!” dijo Ana.
- “Es cierto, pero el dentista me explicó que hay cosas que puedo hacer para evitar que la bebé tenga caries en los dientes”, dijo María.
- “¿Pero no es cierto que los dientes de leche se caen?” preguntó Ana.
- “Sí, es verdad, pero antes de caerse, los dientes de leche pueden picarse con caries causándole dolor a la bebé. Además, los dientes de leche son importantes porque mantienen el espacio para los dientes permanentes”, dijo María.
- “¿Qué más te dijo el dentista?” preguntó Ana.
- “Me dijo que el flúor protege los dientes. También me dijo que le diera a la bebé comidas saludables y que no la acostara en la cama con el biberón”, dijo María.
- “¿Cuándo se debe empezar el cuidado de los dientes de los bebés?” preguntó Ana.
- “Tan pronto les comienzan a salir. Los dientes pueden empezar a picarse con caries apenas salen”, dijo María.
- “¡Tendré que empezar a pensar en estas cosas pronto!” dijo Ana.

Proteja los dientes de su bebé con flúor (también conocido como “fluoruro”).

El flúor, también conocido como fluoruro, protege los dientes contra la caries. Además, puede evitar que progrese la caries que está empezando. El flúor se encuentra en el agua potable de algunos pueblos y ciudades. Pregúntele al dentista o al médico si el agua potable donde usted vive tiene flúor. Si el agua potable no tiene flúor, pregúntele sobre otros tipos de flúor (como el barniz de flúor o gotas de flúor) que pueden ayudar a mantener saludable los dientes de su bebé.

Examine y limpie los dientes de su bebé.

Examine los dientes de su bebé. Los dientes saludables tienen un color uniforme. Si ve manchas o puntos en los dientes, lleve a su bebé al dentista. Limpie los dientes de su bebé. Límpielos apenas le salgan con un paño suave y limpio o con un cepillo dental para bebés. Límpieme los dientes por lo menos una vez al día. Lo mejor es limpiarle los dientes justo antes de ponerlo a dormir. A los dos años (o antes, si el dentista o médico lo sugiere), puede comenzar a ponerle una pequeña cantidad de pasta dental con flúor en su cepillo. Use sólo una cantidad pequeña de pasta dental como

muestra el dibujo.



3. Dele a su bebé alimentos saludables

Seleccione alimentos que contengan poca azúcar. Dele frutas y vegetales a la hora de un refrigerio o bocadito.

Sólo dele galletas y otras golosinas en ocasiones especiales.

No acueste a su bebé con el biberón (pacha, botella).

La leche, la fórmula, los jugos y otras bebidas dulces como los refrescos (sodas) contienen azúcar. Cuando un líquido azucarado se mantiene en los dientes del bebé demasiado tiempo, puede causar caries. Los dientes con caries pueden causar dolor.

¿Qué es una de las cosas más importantes que puede hacer para evitar que su bebé tenga caries?

No acueste a su bebé con el biberón en las noches ni durante la siesta. Si acuesta a su bebé con el biberón, llénelo con *agua* solamente.

Aquí le damos otras sugerencias:

1. Entre comidas, no le dé a su bebé una botella o un vaso entrenador (“sippy cup”) lleno de alguna bebida azucarada para que lo lleve a todas partes.
2. Cerca del primer cumpleaños de su niño, enséñele a beber de un vaso sin tapa.
3. Si su bebé usa un chupete o chupón, nunca le ponga nada dulce como miel o azúcar.
4. 5. Lleve su niño al dentista antes de su primer cumpleaños.
5. Su niño debe ir al dentista antes de su primer cumpleaños. En la primera visita, el dentista:
 - Examinará los dientes de su niño.
 - Le enseñará la mejor manera de limpiarle los dientes.
 - Le explicará otras cosas que pueden ayudar a mantener saludable la boca de su niño, tales como una dieta saludable y el flúor.

Los niños pequeños no pueden cepillarse los dientes por sí mismos. Ellos necesitarán su ayuda hasta que tengan 7 u 8 años de edad. Comience el cepillado y luego déjelos que terminen.

1-866-232-4528 nidcrinfo@mail.nih.gov
NIH Publication No. 13-2884. July 2013
NIH...Turning Discovery Into Health®

ADDENDUM TO HANDBOOK

Our Service Delivery Area. RCCS' referral service area includes the West Sonoma County Union High School, Monte Rio, Guerneville, Harmony, Fort Ross, Oak Grove, Montgomery, Sonoma County portion of Shoreline Unified School and the Kashia Reservation School Districts .

For AP funding: For families in the Alternative Payment Programs, either the care must be used OR the family must live in the service area described above.

For CFCC Funding: For families in the Family Child Care (CFCC) programs, child care must be provided by our contracted providers in the RCCS Family Child Care Network

YOUR CASE MANAGER WILL SHARE NETWORK PROVIDERS WITH YOU.



conditions, chronic lung disease, heart disease, blood disorders, endocrine disorders (such as diabetes), kidney, liver, and metabolic disorders, and weakened immune systems due to disease or medication. Children with these conditions and children who are receiving long-term aspirin therapy can have more severe illness from the flu.

How does the flu spread?

Most experts believe that flu viruses spread mainly by droplets made when people with the flu cough, sneeze or talk. These droplets can land in the mouths or noses of people who are nearby. Less often, a person might get the flu by touching something that has flu virus on it and then touching their own mouth, eyes or nose.

What are the symptoms of the flu?

Symptoms of the flu can include fever, cough, sore throat, runny or stuffy nose, body aches, headache, chills, fatigue and sometimes vomiting and diarrhea. Some people with the flu will not have a fever.

How long can a sick person spread the flu to others?

People with the flu may be able to infect others by shedding virus from 1 day before getting sick to 5 to 7 days after. However, children and people with weakened immune systems can shed virus for longer, and might be still contagious past 5 to 7 days of being sick, especially if they still have symptoms.

The Flu: A Guide For Parents

FLU INFORMATION

What is the flu?

Influenza (the flu) is an infection of the nose, throat, and lungs caused by influenza viruses. There are many different influenza viruses that are constantly changing. They cause illness, hospital stays and deaths in the United States each year.

The flu can be very dangerous for children. Each year about 20,000 children younger than 5 years old are hospitalized from flu complications, like pneumonia.

How serious is the flu?

Flu illness can vary from mild to severe. While the flu can be serious even in people who are otherwise healthy, it can be especially dangerous for young children and children of any age who have certain long term health conditions, including asthma (even mild or controlled), neurological and neurodevelopmental

PROTECT YOUR CHILD

How can I protect my child against the flu?

To protect against the flu, the first and most important thing you can do is to get a flu vaccine for yourself and your child.

- ▶ Vaccination is recommended for everyone 6 months and older.
- ▶ It's especially important that young children and children with long term health conditions get vaccinated. (See list of conditions under "How Serious is the Flu?")
- ▶ Caregivers of children with health conditions or of children younger than 6 months old should get vaccinated. (Babies younger than 6 months are too young to be vaccinated themselves.)
- ▶ Another way to protect babies is to vaccinate pregnant women because research shows that this gives some protection to the baby both while the woman is pregnant and for a few months after the baby is born.

A new flu vaccine is made each year to protect against the three flu viruses that research indicates are most likely to cause illness during the next flu season. Flu vaccines are made using strict safety and production measures. Over the years, millions of flu vaccines have been given in the United States with a very good safety record.



U.S. Department of
Health and Human Services
Centers for Disease
Control and Prevention

Is there a medicine to treat the flu?

Antiviral drugs can treat flu illness. They can make people feel better and get better sooner and may prevent serious flu complications, like pneumonia, for example, that can lead to hospitalization and even death. These drugs are different from antibiotics, but they also need to be prescribed by a doctor. They work best when started during the first 2 days of illness. It's very important that antiviral drugs be used early to treat the flu in people who are very sick (for example people who are in the hospital) or people who are at greater risk of having serious flu complications. Other people with flu illness may also benefit from taking antiviral drugs. These drugs can be given to children and pregnant women.

What are some of the other ways I can protect my child against the flu?

In addition to getting vaccinated, take – and encourage your child to take – everyday steps that can help prevent the spread of germs.

This includes:

- ▶ Cover coughs and sneezes with a tissue. Throw the tissue in the trash after you use it.
- ▶ Stay away from people who are sick.
- ▶ Wash hands often with soap and water. If soap and water are not available, use an alcohol-based hand rub.
- ▶ Avoid touching your eyes, nose and mouth. Germs spread this way.
- ▶ If someone in the household is sick, try to keep the sick person in a separate room from others in the household, if possible.
- ▶ Keep surfaces like bedside tables, surfaces in the bathroom, kitchen counters and toys for children clean by wiping them down with a household disinfectant according to directions on the product label.
- ▶ Throw tissues and other disposable items used by sick persons in your household in the trash.

These everyday steps are a good way to reduce your chances of getting all sorts of illnesses, but a yearly flu vaccine is always the best way to specifically prevent the flu.



What should I use for hand washing?

Washing hands with soap and water (for as long as it takes to sing the “Happy Birthday” song twice) will help protect against many germs. If soap and water are not available, use an alcohol-based hand rub.

IF YOUR CHILD IS SICK

What can I do if my child gets sick?

Talk to your doctor early if you are worried about your child's illness.

If your child is 5 years and older and does not have other health problems and gets flu-like symptoms, including a fever and/or cough, consult your doctor as needed and make sure your child gets plenty of rest and drinks enough fluids.

If your child is younger than 5 years (and especially younger than 2 years) or of any age with a long term health condition (like asthma, a neurological condition, or diabetes, for example) and develops flu-like symptoms, they are at risk for serious complications from the flu. Ask a doctor if your child should be examined.

What if my child seems very sick?

Even children who have always been healthy before or had the flu before can get very sick from the flu.

Call for emergency care or take your child to a doctor right away if your child of any age has any of the warning or emergency signs below:

- ▶ Fast breathing or trouble breathing
- ▶ Bluish or gray skin color
- ▶ Not drinking enough fluids (not going to the bathroom or making as much urine as they normally do)
- ▶ Severe or persistent vomiting
- ▶ Not waking up or not interacting
- ▶ Being so irritable that the child does not want to be held
- ▶ Flu-like symptoms improve but then return with fever and worse cough
- ▶ Has other conditions (like heart or lung disease, diabetes, or asthma) and develops flu symptoms, including a fever and/or cough.

Can my child go to school, day care or camp if he or she is sick?

No. Your child should stay home to rest and to avoid giving the flu to other children or caregivers.

When can my child go back to school after having the flu?

Keep your child home from school, day care or camp for at least 24 hours after their fever is gone. (Fever should be gone without the use of a fever-reducing medicine.) A fever is defined as 100°F (37.8°C) or higher.

For more information, visit www.cdc.gov/flu or www.flu.gov or call 800-CDC-INFO



La influenza: una guía para los padres

INFORMACIÓN SOBRE LA INFLUENZA

¿Qué es la influenza?

La influenza (gripe) es una infección de la nariz, la garganta y los pulmones causada por los virus de la influenza. Hay muchos virus diferentes de la influenza que cambian constantemente. Todos los años, los virus de la influenza causan enfermedades, hospitalizaciones y muertes en los Estados Unidos.

La influenza puede ser muy peligrosa en los niños. Cada año se hospitalizan más de 20,000 niños menores de 5 años a causa de las complicaciones por la influenza, como la neumonía.

¿Qué tan grave es la influenza?

La influenza puede ser leve o grave. Si bien la influenza puede ser grave hasta en las personas sanas, la enfermedad puede ser particularmente peligrosa en niños pequeños o en niños de cualquier edad que padecen ciertas afecciones crónicas, como asma (aunque sea leve o esté bajo control), afecciones neurológicas y del desarrollo neurológico, enfermedades respiratorias crónicas, enfermedades cardíacas, enfermedades de la sangre, trastornos endocrinos (como diabetes), enfermedades en los riñones o el hígado, trastornos metabólicos

o sistemas inmunitarios debilitados debido a enfermedades o medicamentos. Los niños que padecen estas afecciones y los niños que reciben tratamientos prolongados con aspirina pueden enfermarse más gravemente debido a la influenza.

¿Cómo se contagia la influenza?

La mayoría de los expertos considera que los virus de la influenza se propagan a través de gotitas que se forman cuando la gente con influenza tose, estornuda o habla. Estas gotitas pueden llegar hasta la boca o la nariz de las personas que están cerca. Aunque no sucede a menudo, una persona también puede contagiarse de influenza al tocar una superficie donde se encuentra el virus y luego llevarse las manos a los ojos, la nariz o la boca.

¿Cuáles son los síntomas de la influenza?

Los síntomas de la influenza pueden incluir fiebre, tos, dolor de garganta, moqueo o congestión nasal, dolores en el cuerpo, dolor de cabeza, escalofríos y fatiga. Y en ocasiones vómitos y diarrea. Algunas personas enfermas de influenza no tienen fiebre.

¿Por cuánto tiempo puede una persona enferma contagiar la influenza a los demás?

Las personas con influenza pueden infectar a los demás al propagar los virus desde 1 día antes de enfermarse hasta 5 a 7 días después. Sin embargo, los niños y las personas con sistemas inmunitarios debilitados pueden propagar los virus por más tiempo, y es posible que puedan seguir contagiando pasados de 5 a 7 días de enfermedad, en particular si todavía tienen síntomas.

CÓMO PROTEGER A SU HIJO

¿Cómo puedo proteger a mi hijo de la influenza?

Para protegerse contra la influenza, lo más importante y lo primero que debe hacer es vacunarse y vacunar a su hijo.

- ▶ Se recomienda la vacunación de todas las personas desde los 6 meses de edad en adelante.

- ▶ Si bien todos debemos vacunarnos contra la influenza en cada temporada, es especialmente importante que reciban la vacuna los niños pequeños y los niños con afecciones médicas crónicas. (Consulte la lista de afecciones en la sección “¿Qué tan grave es la influenza?”)

- ▶ Las personas que cuidan a niños con afecciones médicas o bebés menores de 6 meses de edad también deben vacunarse. (Los bebés menores de 6 meses son muy pequeños para recibir la vacuna).

- ▶ Otra manera de proteger a los bebés es por medio de la vacunación de las mujeres embarazadas, ya que las investigaciones muestran que esto le brinda cierta protección al bebé antes de nacer y durante algunos meses después del nacimiento.

Todos los años se produce una nueva vacuna contra la influenza para que proteja contra los virus que, según las investigaciones, serán los que más probablemente causarán enfermedades durante la siguiente temporada de influenza. La vacuna contra la influenza se produce utilizando los mismos métodos de seguridad y producción, y en la misma dosis, que las vacunas contra la influenza anteriores. A través de los años, se han administrado millones de vacunas contra la influenza en los Estados Unidos, con un excelente historial de seguridad.

¿Hay medicamentos para tratar la influenza?

Los medicamentos antivirales pueden tratar la influenza. Pueden hacer que las personas se sientan mejor y se curen de forma más rápida, y pueden prevenir complicaciones graves de la influenza como la neumonía, que puede requerir de hospitalización o incluso provocar la muerte. Estos medicamentos son diferentes a los antibióticos, pero también deben ser recetados por un médico. Tienen mejores resultados cuando se los comienza a tomar durante los primeros 2 días de enfermedad. Es muy importante que los medicamentos antivirales se usen al inicio de la enfermedad para tratar la influenza en las personas que están muy enfermas (por ejemplo, las personas que están en el hospital),

o las personas que tienen un mayor riesgo de sufrir graves complicaciones por la influenza. Otras personas que contraen influenza pueden también beneficiarse si toman medicamentos antivirales. Los niños y las mujeres embarazadas pueden recibir estos medicamentos.

¿De qué otra manera puedo proteger a mi hijo contra la influenza?

Además de vacunarse, tome las medidas diarias que prevengan la propagación de los microbios, y enseñe a su hijo a que también lo haga. Estas medidas son:

- ▶ Manténgase alejado de las personas enfermas.
- ▶ Si su hijo está enfermo, trate, si es posible, de que la persona enferma se quede en una habitación separada de los demás residentes de la casa.
- ▶ Los CDC recomiendan que si su hijo/a está enfermo/a, debe quedarse en su casa por lo menos 24 horas después de que la fiebre haya cesado, excepto para buscar atención médica u otras necesidades. La fiebre debe desaparecer sin haber utilizado medicamentos antifebriles.
- ▶ Cúbrase con un pañuelo desechable la boca y la nariz cuando tosa o estornude. Bote el pañuelo desechable usado a la basura.
- ▶ Lávese las manos frecuentemente con agua y jabón. Si no dispone de agua y jabón, use limpiadores para manos a base de alcohol.
- ▶ Evite tocarse los ojos, la nariz y la boca. Esta es la manera en que se propagan los microbios.
- ▶ Mantenga limpias las superficies como mesas de noche, superficies de los baños, mostradores de la cocina y juguetes de los niños. Para ello, puede pasar un trapo con un desinfectante doméstico y siga las instrucciones de la etiqueta del producto.

Estas medidas diarias son una buena manera de reducir las probabilidades de contagiarse de todo tipo de enfermedades, pero la vacunación es siempre la mejor forma de prevenir la influenza.

SI SU HIJO ESTÁ ENFERMO

¿Qué puedo hacer si mi hijo se enferma? Consulte con su médico pronto si le preocupa que su hijo tenga complicaciones debido a su enfermedad.

Si su hijo tiene 5 años de edad o más, no tiene ningún otro problema de salud y muestra síntomas de influenza, como fiebre o tos, consulte a su médico según sea necesario y asegúrese de que su niño descanse bastante y tome mucho líquido.

Si su hijo es menor de 5 años de edad (especialmente si es menor de 2 años), o de cualquier edad pero tiene una afección médica crónica (como asma, afección neurológica o diabetes, por ejemplo) y le aparecen síntomas de influenza, corre el riesgo de sufrir complicaciones graves por la influenza. Pregúntele a un médico si debe llevar a su hijo a una consulta.

¿Qué hago si mi hijo parece estar muy enfermo?

Hasta los niños que siempre han sido sanos o que ya han tenido la influenza pueden tener un caso grave de influenza.

Llame a los servicios de emergencia o lleve de inmediato a su hijo al médico si el niño, no importa la edad, presenta alguno de los signos siguientes que advierten de una emergencia médica:

- ▶ Respiración agitada o dificultad para respirar
- ▶ Tiene la piel de color azulado o grisáceo
- ▶ No está tomando suficientes líquidos (no está yendo al baño ni está orinando tanto como lo hace normalmente)
- ▶ Vómitos fuertes o constantes
- ▶ No se puede despertar fácilmente o no interactúa con otras personas
- ▶ Está tan molesto que no quiere que lo carguen

▶ Los síntomas de influenza mejoran, pero luego regresan con fiebre y una tos peor

▶ Tiene otras afecciones (como enfermedad del corazón o respiratoria, diabetes o asma) y presenta síntomas de influenza, entre ellos fiebre o tos.

¿Mi hijo puede ir a la escuela, la guardería o el campamento si está enfermo?

No. Su hijo debe quedarse en casa para descansar y evitar que contagie la influenza a otros niños o a las personas que le cuidan.

¿Cuándo puede regresar mi hijo a la escuela después de haber tenido influenza?

Mantenga a su hijo en casa y espere al menos 24 horas después de que ya no tenga fiebre para llevarlo a la escuela, la guardería o el campamento. La fiebre debe haber desaparecido sin usar medicamentos para reducir la fiebre. Se considera que hay fiebre cuando la temperatura es de 100 °F o 37.8 °C.

Para obtener más información, visite www.cdc.gov/flu/espanol o llame al 800-CDC-INFO



U.S. Department of
Health and Human Services
Centers for Disease
Control and Prevention

**RESOURCES ON EARLY LEARNING
TIP SHEETS
LITERACY ACROSS THE PRESCHOOL CURRICULUM**

Reading and writing develop naturally when children use print every day. Adults can combine words and pictures to create printed materials that children can easily read. Preschoolers can be encouraged to do much of the writing themselves. They can also dictate words that adults write for them.

POST SIGNS WHERE CHILDREN CAN SEE THEM.

Label activity centers, shelves for toys and supplies, the restroom, the library, and playground areas. Put up daily snack signs or meal menus. Combine print and pictures to create directions for classroom pet or plant care. Provide a sign-up board where children can choose their day's activities.

BRING PRINT MATERIALS INTO DRAMATIC PLAY.

Help the children make menus for a restaurant, signs for a dental office, or shelf labels for a store. Provide materials to make mailboxes for a post office, and invite children to send each other mail.

ENCOURAGE CHILDREN TO COMMUNICATE IN PRINT.

Help the children write brief letters to send home about classroom activities. Show them some ways to invite family members or children in other classes to special events. Ask them to write thank-you notes to visitors or field trip hosts.

USE CHILDREN'S DICTATIONS TO DOCUMENT THEIR WORK.

Involve the class in writing a story about a field trip. Have some children help you label photos from a project. Ask children to dictate information about a project or a pet to share with visitors or others who use the classroom space. Encourage them to make signs with titles for the block structures they have built.

LINK LITERACY TO MUSIC AND MOVEMENT.

Use words and pictures to create cards showing simple movements for children to act out. Add signs to an obstacle course. Post a list of songs children often request during classroom sing-alongs. With the class, write new words to familiar songs for group singing.

SET UP A READING CENTER.

Stock a variety of reading materials related to topics the class is studying. Include fiction and nonfiction, picture books, and magazines. Add books made by children and books with audiotapes. Help the children make a classroom dictionary of new words. Provide journals for children to write about their interests.

PROVIDE SIMPLE INSTRUCTIONS FOR COOKING AND CRAFTS.

Make illustrated cookbooks with recipes that children

can follow on their own. Post picture-based directions for making play materials such as play dough, finger-paint, baker's clay, and bubbles.

**RECURSOS SOBRE EL APRENDIZAJE TEMPRANO
PÁGINAS DE CONSEJOS
LA ALFABETIZACIÓN EN TODAS LAS MATERIAS DEL
CURRÍCULO PREESCOLAR**

La lectura y la escritura se desarrollan más naturalmente cuando los niños utilizan la palabra escrita todos los días. Los adultos pueden combinar palabras y dibujos para crear materiales impresos que los niños mismos pueden leer fácilmente. Se puede animar a que los niños preescolares escriban muchas palabras por su cuenta. También ellos pueden dictar palabras para que los adultos las apunten.

PONGA LETREROS DONDE LOS NIÑOS PUEDAN VERLOS.

Use etiquetas para identificar centros de actividades, estantes para juguetes y materiales, los servicios sanitarios, la biblioteca y áreas de recreo. Exhiba letreros sobre la merienda del día o menús de las comidas. Combine la palabra impresa y los dibujos al crear instrucciones para el cuidado de una mascota o plantas que se encuentren en el aula. Provea una tabla para registrarse, en la que los niños puedan indicar sus elecciones para las actividades del día.

**INCORPORE LA PALABRA ESCRITA A LOS JUEGOS
DRAMÁTICOS.**

Ayude a los niños a hacer menús para un restaurante, letreros para una oficina del dentista o rótulos para los estantes de una tienda. Disponga materiales para hacer buzones para una oficina postal e invite a que los niños se envíen cartas unos a otros.

**ANIME A LOS NIÑOS A COMUNICARSE VALIÉNDOSE DE LA
ESCRITURA.**

Ayude a los niños a escribir cartas breves dirigidas a sus familiares para contarles las actividades de la clase. Enséñeles varias maneras de invitar a familiares, o a niños de otras clases, a eventos especiales. Pida que escriban notas de agradecimiento a visitantes de la clase o a huéspedes de excursiones.



UTILICE LAS PALABRAS DICTADAS DE LOS NIÑOS PARA DOCUMENTAR SUS TRABAJOS.

Haga que toda la clase participe en redactar un cuento sobre una excursión. Pida que algunos de los niños lo ayuden a etiquetar fotos de un proyecto. Pida que los niños le dicten datos sobre un proyecto o una mascota para compartirlos con visitas u otras personas que utilicen el aula. Anime a los niños a hacer rótulos para las estructuras de bloques que han construido.

CONECTE LA ALFABETIZACIÓN A LA MÚSICA Y AL MOVIMIENTO.

Use palabras y dibujos para crear tarjetas que exhiban movimientos simples que los niños pueden realizar. Agregue letreros a un curso de obstáculos. Exhiba una lista de las canciones que los niños piden a menudo durante las lecciones musicales. Junto con la clase, idee y apunte una letra nueva para alguna de las canciones conocidas.

ARREGLE UN CENTRO DE LECTURA.

Proporcione una buena variedad de materiales de lectura relacionados a temas que la clase está estudiando. Incluya tanto obras de ficción como de no ficción, libros ilustrados y revistas. Agregue libros elaborados por los niños y libros acompañados de casetes. Ayude a los niños a hacer un diccionario de la clase que incluya palabras nuevas. Provea diarios para que los niños escriban sobre sus intereses.

DÉ INSTRUCCIONES SIMPLES PARA COCINAR Y HACER MANUALIDADES.

Haga libros de cocina ilustrados, con recetas que los niños pueden utilizar sin ayuda. Exhiba instrucciones pictóricas para hacer materiales de juego, como pasta para moldear, pintura para dedos, 'arcilla' de panaderos y burbujas.

<http://illinoisearlylearning.org/tipsheets/literacy.htm>



Metropolitan Community Church of the Redwood Empire

Thank You!

For your donation of the Bountiful Back-to-School Backpacks The children LOVE them.



Heading to first grade a happy student!

UPCOMING WORKSHOPS AT RCCS:

"Children's Development: Ages 0 to 3 years"

Laura Vallejo, PhD, will discuss the Social Emotional, Cognitive and Physical Domains and how these elements contribute to the whole child
October 21, 2014
6:15 to 8:15 PM

And:

"Art for Young Children in the Family Child Care Home"

Mendy Behrens will be presenting:
November 12, 2014
6:15 to 8:15

RSVP Mendy at 869-3613



Calendario 2014 Calendar

October/ Octubre

- ◆ 10/5: Attendance sheets due in RCCS by 5 PM/ Hoy es el día límite de las Hojas de Asistencia a las 5 PM
- ◆ 10/6 & 7 : Kindergym in Guerneville
- ◆ 10/8 : Kindergym in Forestville
- ◆ 10/13 & 14: Kindergym in Guerneville
- ◆ 10/14/: El Comité PAC se reúne a las 6:00 PM en RCCS. Por favor llamar a Soledad al 707-869-3613 x 107 / PAC Committee meets at 6:00 PM at RCCS. Call Soledad at 869.3613 x 107)
- ◆ 10/15: Kindergym in Forestville
- ◆ 10/18: Provider Payday y Día de pago de los proveedores
- ◆ 10/20 & 21: Kindergym in Guerneville
- ◆ 10/22 : Kindergym in Forestville
- ◆ 10/27 & 28: Kindergym in Guerneville
- ◆ 10/29: Kindergym in Forestville
- ◆ 10/29: Board of Directors meeting / Mesa Directiva de RCCS se reúne, 6:30 at RCCS
- ◆ 10/31: Fall Festival/ Festival de Otoño de RCCS, 10-noon at Guerneville Vets Hall

November/ Noviembre

- ◆ 11/3 & 4 : Kindergym in Guerneville
- ◆ 11/5: Kindergym in Forestville
- ◆ 11/5: Attendance sheets due in RCCS by 5 PM/ Hoy es el día límite de las Hojas de Asistencia a las 5 PM
- ◆ 11/10 & 11: NO Kindergym in Guerneville
- ◆ 11/11: OFFICE CLOSED/OFICINA CERRADA
- ◆ 11/12: Kindergym in Forestville
- ◆ 11/17 & 18: Kindergym in Guerneville
- ◆ 11/18: Provider Payday y Día de pago de los proveedores
- ◆ 11/19: Kindergym in Forestville
- ◆ 11/24 & 25: Kindergym in Guerneville
- ◆ 11/26: Kindergym in Forestville
- ◆ 11/26: Board of Directors meeting / Mesa Directiva de RCCS se reúne, 6:30 at RCCS
- ◆ 11/27 & 28: OFFICE CLOSED/OFICINA CERRADA



Resources, Referrals, and Support / Recursos, Referencias, y Apoyo

U.S. POSTAGE
NON-PROFIT
GUERNEVILLE, CA 95446
PERMIT #18

RETURN SERVICE REQUESTED

Articulos en español!

Ongoing Children's Activities from RCCS:

Kindergym:

- ☑ River to Coast Children's Services brings Kindergym to Forestville on Wednesday 9:30 AM to 12:30 PM. Held at the Forestville United Methodist Church, 6550 Covey Road in downtown Forestville. A bilingual program, features activities for children 0 to 5 years (accompanied by their care givers) FREE, but donations are accepted, Call 707.869.3613 for current schedule or check the current RCCS newsletter online at www.rccservices.org
- ☑ River to Coast Children's Services offers Kindergym Monday and Tuesday mornings 9:45 AM to 12:20 PM in Guerneville at the Guerneville Vets' Hall, located on the corner of 1st and Church Streets in downtown Guerneville. Features activities for children 0 to 6 years (accompanied by their care givers). FREE, but donations are accepted! Call 707.869.3613 for current schedule or check the current RCCS newsletter online at www.rccservices.org

P.O.Box 16/16300 1st St.
Guerneville, Ca 95446
Office open : M-F , 9AM-5PM
(707)869-3613 / Fax(707) 869-2616



Resources, Referrals, and Support / Recursos, Referencias, y Apoyo

707.869.3613

info@rccservices.org/www.rccservices.org



Serving west Sonoma County with:

- Help paying for child care for eligible families
- Referrals for child care & community resources
- Support and resources for child care providers
- Kindergym program
- Low cost car safety seats
- Emergency resources program

Sirviendo el oeste del Condado de Sonoma con:

- Referencias para el Cuidado de Niños
- Recursos para los Niños y sus Familias
- Apoyo para los Proveedores del Cuidado de Niños
- Ayuda Monetaria para el Cuidado de Niños
- Programa de Materiales de Emergencia
- Gimnasio para Niños
- Programa de Asientos de Seguridad