



## Noticias de Salud

¡Disfruta el verano,  
Mantente activo y  
Diviértete!

Una vez más el año escolar se termina. Algunos anuncios importantes y recordatorios se harán antes de empezar el año escolar.

### COMIDA GRATIS PARA NIÑOS MENORES DE 18 AÑOS



### MANTENGASE ACTIVO EN ESTE VERANO

#### Información del programa de verano para los jóvenes

El Departamento de Parques y Recreación ofrece un programa de verano con calidad y asequible para los jóvenes, donde pueden encontrar programas en deportes, artesanías, juegos de mesa, artes, oportunidades de lectura, ejercicio, nutrición, actividades en matemáticas y ciencias. Hay una actividad especial para cada interés del niño.

Los sitios de los Centros Comunitarios están abiertos para participantes entre los 6 a 14 años y los sitios de las escuelas para los niños de 6 a 12 años. Oportunidades de natación son ofrecidas en los centros comunitarios y la participación es limitada.

Los programas son ofrecidos de lunes a viernes. El almuerzo y la merienda de la tarde están incluidos. Los precios están basados en una escala de acuerdo a los ingresos y tamaño de la familia. Las escuelas utilizarán los gimnasios y los espacios cerrados al aire libre.

#### MAS INFORMACIÓN ADJUNTA....

**¡Tenga un maravilloso y muy seguro verano!**

### INFORMACIÓN IMPORTANTE

#### Por favor recuerde:

LOS PADRES DEBEN RECOGER TODAS LAS MEDICINAS DEL ESTUDIANTE DE LA OFICINA DE LA ENFERMERA..  
TODAS LAS MEDICINAS SERAN DESCARTADAS EL ÚLTIMO DIA DE ESCUELA.

#### Si su hijo necesita medicinas el próximo año.

1. Planes de Cuidado del Asma/Convulsiones. Las formas de medicinas para el próximo año están disponibles y pueden ser recogidas en la clínica.
2. Por favor complete las formas, firmelas y tráigalas antes del primer día del próximo año escolar 17-18
3. Recuerde de firmar la forma del permiso del padre, obtener la firma del doctor para la receta médica y el fill en la dosis, frecuencia y síntomas de la administración.
4. Todas las medicinas ser traídas a la escuela por el padre/guardián y deben venir en el contenedor original.
5. Por favor elabore una lista de la dieta especial de su hijo o de problemas de salud en la tarjeta de emergencia así los planes de cuidado de salud pueden reflejar esto para el nuevo año.

Si usted tiene preguntas por favor comuníquese con la clínica llamando al 210-397-1859 o envíe un correo electrónico a [aileen.noll@nisd.net](mailto:aileen.noll@nisd.net).

#### Consejos de Seguridad: Para el verano

**Áreas de Juegos:** Los niños pueden caerse de los juegos de altura, toboganes, resbaladeros. En los columpios generalmente pueden lesionarse la cara, cabeza o los brazos.

**Exposición al calor:** El agotamiento debido al calor o a la deshidratación ocurre cuando se está por mucho tiempo expuesto al sol. Los síntomas incluyen piel pálida, mareo, dolor de cabeza, fatiga, náuseas y vomito. Asegúrese de tomar suficiente líquido inclusive si no siente sed.

**Bicicletas:** Los niños generalmente se accidentan con obstáculos o pierden el control de sus bicicletas, pero los accidentes más graves es cuando son golpeados por carros. Asegúrese de que su hijo use un casco cada vez que monte su bicicleta.

**Patinetas y monopatines:** Lesiones en la cabeza y fracturas en las muñecas son muy comunes. Cascos, rodilleras, protectores de codos, zapatos antideslizantes deben siempre usarse

**Corta-césped:** Trágicos accidente son muy comunes cuando el niño se cae de la cegadora o accidentalmente es atropellado por la corta-césped. Siempre mire alrededor de la corta-césped antes de ponerla en movimiento o cuando vaya de reverso.

**Intoxicación alimentaria:** La bacteria crece rápidamente en los alimentos perecederos que han estado afuera por mucho tiempo. Los síntomas además de nausea, dolores de estómago, vomito diarrea y en algunos casos severos fiebre y sangre en la materia fecal. Asegúrese de cocer los alimentos adecuadamente. Lave sus manos y nunca deje comida afuera por más de una hora cuando el clima está caliente. Almacene la comida con suficiente hielo cuando este en día de campo o en un asado.

**NUNCA DEJE A SU HIJO EN EL CARRO**  
**DONDE LA TEMPERATURA PUEDE SUBIR**  
**RÁPIDAMENTE**