



DESARROLLANDO HÁBITOS SALUDABLES

☀️ Construyendo Nuestra Comunidad Escolar Juntos

Hola, padres y cuidadores:

Cuando pensamos en la escuela, es fácil imaginar solo el edificio donde dejamos a los niños cada mañana. Pero una comunidad escolar es mucho más que eso: está formada por maestros, estudiantes y, lo más importante, ¡padres y cuidadores! Un año escolar exitoso no sucede sin los padres.

La verdad es que estar involucrado no tiene que significar pasar horas en la escuela o apuntarse a todos los eventos. Puede ser tan simple como revisar la carpeta de tu hijo, enviar un mensaje al maestro, o preguntar en la cena: “¿Cuál fue tu parte favorita de hoy?”. Estos pequeños momentos de conexión le muestran a los niños que tienen apoyo tanto en casa como en la escuela.

Y seamos sinceros, los años escolares vienen con altas y bajos. Habrá mañanas agitadas, noches de tarea difíciles y esos imprevistos que siempre aparecen. Pero es ahí donde una mentalidad positiva y enfocada en soluciones hace toda la diferencia. Cada reto es una oportunidad para ajustar, aprender y seguir adelante juntos.

¡Este año escolar será grandioso, porque cuando nuestros hijos tienen éxito, nosotros también lo tenemos!

Preescolar HRL

🧸 Rincón de la Primera Infancia

Para los más pequeños en guardería, Head Start o Pre-K, comenzar la escuela puede sentirse como un gran cambio. Como los niños están tan apegados a sus familias, la ansiedad por separación es normal en los primeros años. La mejor manera de disminuir esa preocupación es cuando los padres/cuidadores y las escuelas trabajan juntos, manteniendo el aprendizaje y las rutinas consistentes entre la casa y la escuela.

Dato curioso: ¡A los niños pequeños les encantan las rutinas! Una vez que dominan algo, como el entrenamiento para ir al baño o un hábito en el salón de clases, mantenerlo en casa los ayuda a sentirse más seguros, confiados y listos para crecer.

Rincón de Recursos

✨ Actividad familiar

El tiempo en familia no tiene que ser lujoso ni costoso, son las pequeñas cosas las que más cuentan. Intenta apartar unos minutos cada noche para una “reunión familiar.” Vayan alrededor de la mesa (o en la sala) y que cada uno comparta una cosa buena de su día.

Es una forma sencilla de mantenerse conectados, fomentar la conversación y recordarles a los niños que ellos importan.

Consejo de Diversión Familiar ¡Si ya lo haces, increíble! Sigue con ello, porque las reuniones regulares ayudan a los niños a sentirse vistos, fortalecen su confianza y refuerzan los lazos familiares. Y si aún no lo has probado, esta es una tradición fácil de comenzar y mantener.

Recordatorio: 🧡 ¡Un niño sano es un niño listo para aprender!

Usa el [Pasaporte de Salud de HRL](#) para llevar un registro de chequeos, formularios y actualizaciones, de manera que tu hijo pueda brillar todo el año escolar.

