

March 1, 2011

Volume 1 Issue 7

Inside this issue:

Meetings

Holiday

Fieldtrip

Nutrition Lessons

ADA

In-Kind

Roma 1 Center



March is Nutrition Month/ Marzo es el mes de nutricion



March is national nutrition month " Nutrition from the ground up " To improve your family's eating habits, the American Dietetic Association recommends starting with these basics:

1. Focus on fruits and vegetables, Add a serving each day to one meal and increase it every few weeks, "
2. Eat Locally when you can. Visit a farmer's market which makes for a fun family outing too. Let kids pick out some new foods to try.
3. Make calories count. If you're going to consume 200 calories, make sure you're getting some vitamins and nutrients out of the deal.
4. Test your taste buds. Mix up by adding new foods to your meals and snacks. "Try a fish you've never eaten before or find anew vegetable recipe.
5. Treat yourself healthfully : Eat when you're hungry. If you're craving something sweet indulge; there are ways to do it without loading up on junk.



Marzo es el mes nacional de nutrición " Nutrición de arriba a bajo Para mejorar como come su familia La asociación Americana de dietas recomienda empezando con estas básicas:

1. enfoca en frutas y vegetales, una servida al día con su comida y aumente cada 2 a 3 semanas.
2. Coman en casa mas seguido. Visiten las marquetas de frutas y vegetales con su familia. Deje que sus niños escojan frutas y vegetales nuevos.
3. Haga que cuenten las calorías. Si usted consume 200 calorías. Asegúrese que esta consumiendo vitaminas y nutrientes en sus comidas.
4. Revuelva comidas nuevas en sus menús y meriendas. Apreven algún pescado nuevo o una receta nueva con vegetales.
5. Coma cuando tiene hambre. Si se le antoja algo dulce hay maneras de hacerlo sin comer golosinas.

Parent Meeting/ Junta de Padres

The next parent meeting will be held on Tuesday March 8, 2011 at 10:00a.m. we ask that you make every effort to attend these meetings because the very important decisions are made by the parents that are present at the meeting.

La próxima junta de padres se llevara acabo el martes día 8 de Marzo del 2011 a las 10:00 de la mañana. Se les pide que hagan todo el esfuerzo de atender estas juntas pues se hacen decisiones muy importantes por los padres que están presente en estas juntas.



RCC Meeting/ Junta Regional

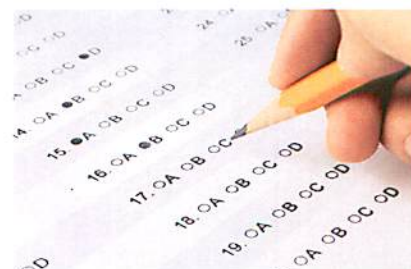
The next regional meeting will be held on March 25, 2011 we will be asking one of the center committee members to attend this meeting . We will be sending more information later on.

La próxima junta regional se llevara acabo el 25 de Marzo del 2011 estaremos pidiendo a un miembro del comité para que asista esta junta luego se les mandara mas información

Nutrition Screenings and CA/ Encuestas de nutrición y Asesoría comunitario

Please make sure that you send in your Nutrition survey and Community Assesment As soon as possible. If you have any questions feel free to call the center.

Favor de mandar la encuesta de nutrición y el asesoría comunitario lo mas pronto posible si usted necesita ayuda o tiene alguna pregunta favor de llamar al centro.



In-Kind/ Especie

In-kind is very important here at the center . So when you come to the center for any reason at all and the staff do not ask you to sign the in-kind form please ask them for it. In-Kind for February was \$8422.27

El especie es muy importante en el centro. Cuando usted pase por el centro por cualquier razón y el personal se le olvida darle la hoja para firmar favor de pedirselo. El Especie para el mes de febrero fue de \$8422.27



Attendance / Atendencia

Attendance is very important here at the center because we need to keep it above 85% every day at the end of February the ADA was at 92% for migrants and 72% for seasonal. Remember to send your children everyday unless they are to sick to attend or have a doctors excuse.. Also we would like to inform you that the daycare services will end on March 11, 2011.

La atendencia es muy importante en el centro porque necesitamos mantenerlo arriba de 85% todos los días a finales de febrero la atendencia era 92% para migrantes y 72% para temporal. Recuerden que necesitan mandar sus niños todos los días solo que estén muy enfermos para atender o tengan una excusa del medico. También queremos informarles que el ultimo día de servicios de la guardería será el 11 de Marzo del 2011.



Important information/ información importante

At the last parent meeting it was decided that each parent would send in \$15 for each child to purchase the items needed to make the spring baskets. The money needs to be in the center before March 31st to have enough time to go and purchase the items. After the items are purchased it is the parents responsibility to come by the center and decorate your child's basket. Remember to send the money in an envelope if sending it on the bus. The spring celebration will take place in April. If you have any questions feel free to call the center.

En la ultima junta de padres se decidió por los padres presente que cada uno mandaría \$15 por niño para comprar los artículos necesarios para ser las canastas de la primavera. El dinero necesita estar en el centro para antes del 31 de Marzo para tener suficiente tiempo para comprar las cosas. Después de comprar las cosas es la responsabilidad de los padres que pasen por el centro a decorar la canasta de sus niños. Recuerden si Mandan el dinero en el bus póngalo en un sobre. Si tiene alguna pregunta llame al centro.





Once a month the classroom teachers are required to do a nutrition lesson this months lesson will be on March 29, 2011 they will be making a four leaf clover tuna sandwich.

Una vez al mes se les requiere a las maestros de los salones que hagan un lección nutritiva con los niños este mes se llevara acabo el 29 de marzo del 2011 estarán hacienda un sándwich de atún en forma de una hoja.



Teaching And Mentoring Communities

185 S. Rancho Nuevo Avenue

Roma Texas 78584

956-849-7570

Fax 956-849-0376

MARCH 2011



Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
		1	2	3	4	5
6	7	8 Parent Meeting Junta de Padres	9	10	11 Early Release Salida temprano	12
13	14 Spring Break		15	16 No Classes		17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28 Holiday Centro Cerrado	29 Nutrition Lesson Lección Nutritiva	30	31