

Folder de los Martes

26 de marzo de 2019

Contenidos:

- Recordatorio: este miércoles la salida es temprano a la 1:45
- Vacaciones de Primavera
- Noche de los Niños
- Inscripción de Fútbol de Heart of the Valley
- El Club de Lectura de Fang
- Marzo 28: Días de vestido especial
- El Proyecto de S.W.A.T.
- Noticias de la Enfermera



RECORDATORIO

**Miércoles de
Salida Temprana**

27 de marzo, 2019

Kínder- 4to Grado

Vacaciones de Primavera

No hay escuela
del 1 de abril
al 5 de abril

Clases resumen el 8 de abril





NOCHE DE LOS NIÑOS CAMPAÑA ANUAL

Actividades de la noche incluyen:

Inflables, hacer pulseras, pintura para la cara,
Wii, juguetes, juegos de desfiles, una película, Trivia,
Carrera de obstáculos de ninjas, torneo de balón prisionero,
nadar, jugar en el gimnasio, gimnásticas y una fiesta de baile!

¡NUEVO! ¡Área de diversión de 5K solamente para los de
Kindergarten!

Fecha

El sábado, 6 de abril, 2019

Tiempo

6:30 PM – 12:00 AM

*Tiempo Temprano de recoger:

9:45-10:15 PM

Información

Invitamos a niños y niñas que tienen 5-15 años participar en la Noche de los Niños de la YMCA del Heart of the Valley. ¡Participantes disfrutarán una variedad de actividades durante la noche! ¡Todas las ganancias del evento apoyarán a la Campaña Anual de 2019! Usted puede ver las cestas de la rifa a la mesa de check-in. Los sorteos para las cestas de la rifa ocurrirán a las 11:00 PM. Puede comprar pizza y otras comidas pequeñas durante la noche. **¡Inscripción empieza el 1 de febrero al Member Service Desk (recepción de servicio de los miembros) o en línea a ymcafoxcities.org!**

Costo

\$20.00 para cada participante, Inscripción de Early Bird (temprana) hasta el 28 de febrero

\$25.00 para cada participante el 1 de marzo - 6 de abril

¡Puede comprar tiquetes de rifa la noche del evento! Tiquetes de la rifa serán \$1.00 para dos tiquetes o \$5.00 para doce tiquetes.

Contacte a:

Jenna Ly 920.830.5716 jly@ymcafoxcities.org

Meghan McKeithan 920.830.5724 mmckeithan@ymcafoxcities.org

Randi Thurs 920.830.5709 rthurs@ymcafoxcities.org

HEART OF THE VALLEY YMCA

225 W Kennedy Ave, Kimberly WI 54136

P 920.830.5700 F 920.830.3068 www.ymcafoxcities.org





HEART OF THE VALLEY SOCCER ASSOCIATION

- 4 – 19 años
- Una liga recreacional – **DIVERTIDO** para todas edades y habilidades
- Juega abril - junio
- Oportunidades de entrenar = diversión con la familia
- Partidos locales están jugados al Parque Van Lieshout
- ¡Precio nuevo y bajo!

Información adicional del Club y inscripción en línea está disponible en nuestro sitio del web.

*Enlace de inscripción está en la parte superior y a la derecha de la página en el sitio de web.

www.heartofthevalleysoccer.org

Inscripción cierra el 31 de marzo

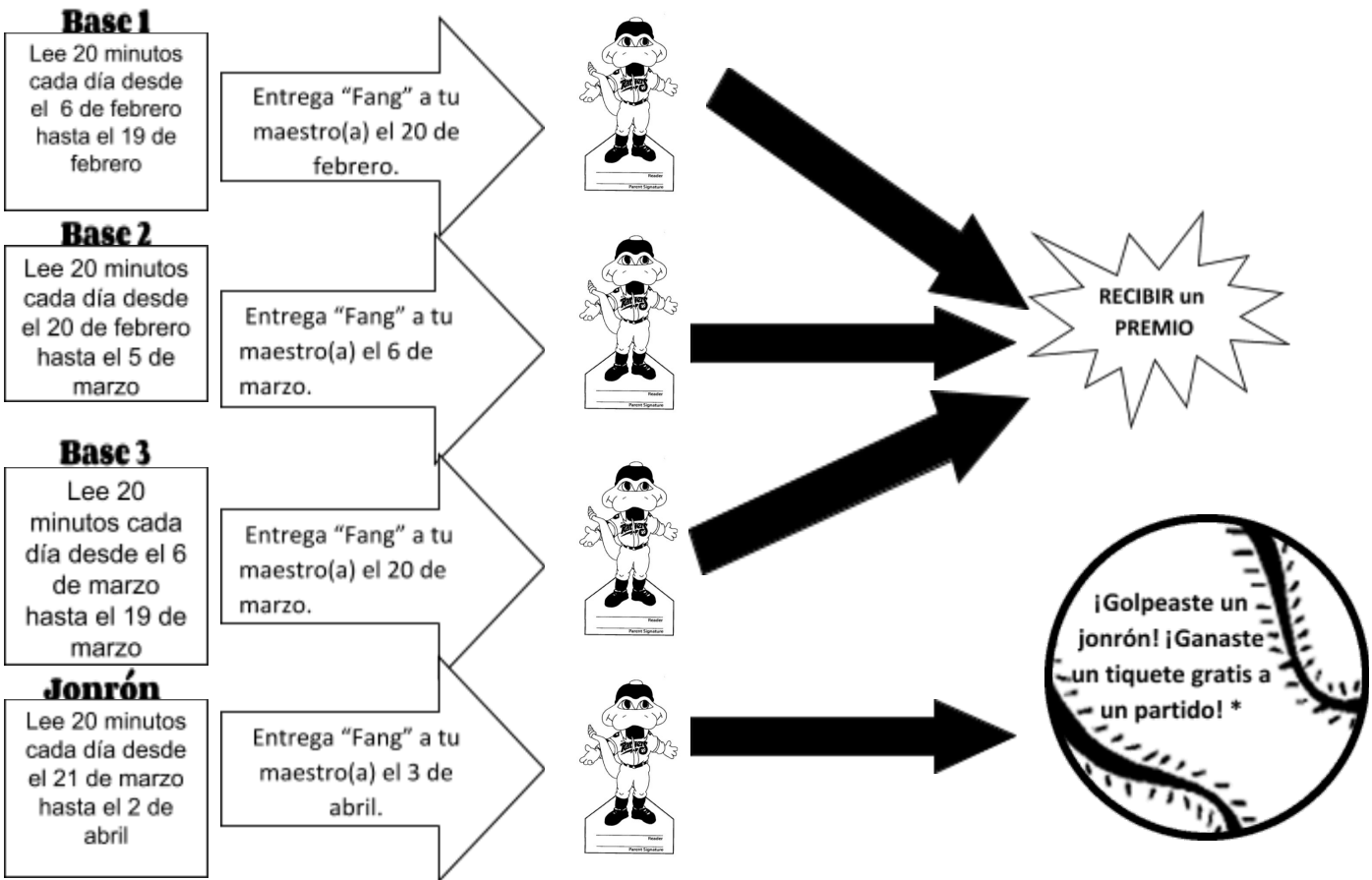


¡Siguenos en Facebook! [Heart of the Valley Soccer Association](#)



PADRES - Nuestra escuela otra vez va a participar en el Club de Lectura de

Fang en conjunto con los Wisconsin Timber Rattlers y nuestra Organización de Padres y Maestros (PTO). Es un programa basado en incentivos que recompensa a su hijo(a) por leer cada día. Mientras mejor sus habilidades de leer, tienen la oportunidad de ganar premios divertidos de los Wisconsin Timber Rattlers. Si su hijo(a) completa el programa entero (en otras palabras si golpea un jonrón), van a ganar un tiquete gratis a un partido de los Timber Rattlers (y un cupón para una salchicha/soda) a la Noche de Familia de nuestra escuela el viernes, 31 de mayo, 2019. Porque es un evento familiar, ustedes pueden comprar tiquetes adicionales rebajados (detalles a seguir). Usted puede encontrar bases e instrucciones en la pagina se llama **FANG BASES** incluida en el *Folder de los martes* de esta semana.



Días de Vestido Especial

~~23 de enero, 2019~~

Miércoles Blanco - Viste la más ropa blanca posible para camuflarte con la nieve afuera.

~~11 de febrero, 2019~~

Lunes cómodo - Viste tu ropa más cómoda para acurrucarte ésta semana corta.

28 de marzo, 2019

Jueves, el desafío de los grados - vístete en los colores de tu grado/grupo. Vamos a ver quién tiene el mayor número de personas vestido en color ese día.

EC/4K - Yellow

Kínder - rojo

1° - anaranjado

2° - morado

3° - verde

4° - azul

Especialistas/ personales de la oficina/ maestros asistentes - rosado

22 de abril, 2019

Lunes, Locuras de Little Chute - vístete en ropa y colores de Mustang. ¡No se te olviden paliacates, cintas para el pelo, y calcetines! ¡Viste todo lo que tengas!

23 de mayo, 2019

Jueves, todos los colores del arco iris - Viste los más colores del arco iris que puedes hoy. No se te olviden gorras, bufandas, calcetines, zapatos, etc.

El Proyecto de S.W.A.T. para Emma Merten

19 de marzo de 2019

Estimados Padres/Tutores:

Nuestro grupo de liderazgo, S.W.A.T., está trabajando en un proyecto comunitario. Como grupo, queremos devolver a la comunidad, apoyar a los demás y difundir la bondad.

Hemos seleccionado participar en el movimiento para levantar los espíritus de Emma Mertens. Emma es una niña de 7 años que vive en Hartford, WI, y ha sido diagnosticada con un tumor cerebral inoperable. Emma también le gusta mucho a los perros. Su familia ha pedido a la gente que envíe cartas junto con una foto de su perro con el fin de criar los espíritus de Emma y poner una sonrisa en su cara.

Con el equipo de S.W.A.T. de la Escuela Primaria de Little Chute, vamos a recoger las cartas de los estudiantes y el personal en la Primaria de Little Chute desde el 19 de marzo de 2019 hasta el 12 de abril de 2019 y luego enviarlos a Emma.

Este es un proyecto *opcional*, pero si le gustaría que su estudiante participe en este proyecto, estaríamos encantados; ¡le agradecemos! Por favor, haga que su estudiante traiga su carta junto con una foto de su perro y se la dé a su maestro. Pedimos que todas las cartas e imágenes estén en la escuela antes del **12 de abril de 2019**. Una vez más, ¡este es un proyecto **OPCIONAL!**

Su estudiante verá carteles alrededor de la escuela diciendo *solo* que las letras y fotos para Emma se deben para el 12 de abril. Le pedimos que comparta la información que considere apropiada con su estudiante en cuanto a la condición de Emma. Simplemente presentaremos la información de que está enferma y queremos enviar cartas y fotos para hacerla sonreír.

Muchas gracias por su apoyo a S.W.A.T., ya que llegan a hacer el día de alguien un poco más brillante.

Sinceramente,

Mrs. Alft
Consejera de la Escuela



QUÉ HACER Y NO HACER CUANDO COMPRANDO ALIMENTOS SALUDABLES

SÍ inspeccione etiquetas nutricionales. Dése cuenta de: algún alimento que se llama “saludable” debe contener al menos el 10% del Valor Diario para una de las nutrientes importantes (además de ser bajo en grasas, grasas saturadas, sodio, y colesterol). Esto se llama “la regla de los jelly beans” porque los jelly beans no tienen grasa, sodio, ni colesterol--pero tampoco no tienen nutrición.

NO se olvide la fibra más fina. Coma los panes, panecillos, o cereales de grano entero, así como el arroz integral y los frijoles secos.

SÍ busque los alimentos más verdes. Al comprar verduras de ensalada, seleccione los más profundas en color, de verde oscuro o rojo. Porque: el color oscuro significa que betacaroteno y otros carotenoides, vitamina C, ácido fólico, calcio, y otros nutrientes están presentes.

NO se olvide los productos congelados. Algunas frutas y verduras congeladas contienen tantos nutrientes como los productos frescos - a veces más. Por ejemplo: Según un estudio, los frijoles verdes congeladas contienen aproximadamente el doble de Vitamina C que los frijoles frescos que se sentaron en exhibición y en un refrigerador durante casi una semana.

SÍ ten cuidado con las cenas de la TV (TV dinners). Elige las comidas congeladas que contengan menos que 10 gramos de grasa y la menor cantidad de sodio y colesterol.

NO deje pasar la pasta. Es alta en las proteínas y contiene las vitaminas del grupo B y el hierro.

MÁS COSAS QUE HACER: Nunca compre con el estómago vacío...elige “jugos” de fruta en lugar de “bebidas” de fruta...compre el pollo sin la piel...recuerde que una porción estándar del carne o pescado debe caber en un paquete de cartas de juego.

Fuente: Top Health (Máximo Salud)