

Judy Center Early Learning Hubs

Quarterly Newsletter • March – May 2026

Spring into Summer

As we move into spring, children and families will soon transition to summer. Longer days and warmer weather provide more opportunities for families to enjoy outdoor activities together.

Over the next few months, the Judy Center Early Learning Hubs will focus on family engagement, outreach, family field trips, playgroups, and parent workshops in the domain of school readiness. These activities will support school readiness, school transitions, prekindergarten registration, and summer program planning.

During March and April, the Judy Center Early Learning Hubs will host School Readiness events. These events allow community partners, local businesses, and school programs to share information about their services with families. Transition to School workshops will also be offered in partnership with schools, Head Start, and childcare programs to help families understand school expectations.

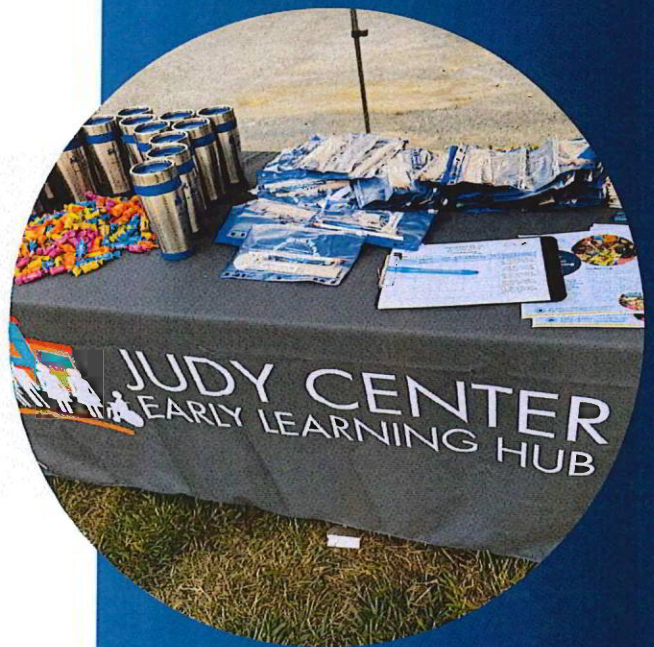
During this time, registration for PGCPS prekindergarten and kindergarten will open, and parents will receive information on how to register online.

In April, we celebrate the Week of the Young Child (April 11–17, 2026). Judy Center Early Learning Hub sites join early childhood programs across the country to recognize the importance of meeting the needs of young children and supporting the work of early childhood programs. For more information, visit: naeyc.org/events/woyc.



May is National Children's Mental Health Month.

Children of all ages can experience mental health challenges, and about one in five children and adolescents may be affected. It is important for parents and caregivers to remember that mental health is just as important as physical health. You may also visit childrensmentalhealthmatters.org for additional information. If you have concerns about your child's mental health, please contact your local Judy Center Early Learning Hub for resources.



Important Dates

MARCH 2026

Last Day of Ramadan	18
Professional Development – <i>School Closed for Students</i>	20
Early Dismissal for Students	27
Spring Break – <i>Schools Closed</i>	3.30– 4.2

APRIL 2026

Spring Break/Easter Holiday – <i>Schools and Offices Closed</i>	3 & 6
Teacher Planning – <i>Early Dismissal for Students</i>	22

MAY 2026

Memorial Day – <i>Schools and Offices Closed</i>	25
Eid-al-Adha – <i>Schools and Offices Closed</i>	27

COMMUNITY RESOURCES



Prince George's Community College Adult Education Program

Learn to read and write English:

Contact Tiffany Garcia at 301-546-8482.

Bridge to High School Diploma:

Call 301-546-8350 for more information.

FREE Adult English Classes:

Contact PGCC Adult Education Program at 301-546-8350 or pgcc.edu/go/adulteducationesl for more information.



Child Development/ Special Education

Infants and Toddlers Program (Birth to 35 months)

Call 301-925-6627 for a developmental evaluation or visit the website at pgcps.org/offices/special-education/special-education-early-childhood-birth-5/special-education-infants-and-toddlers.

Child Find (35 months to 5 years/prekindergarten)

Call 301-925-6600 for a developmental evaluation or visit the website at pgcps.org/offices/special-education/special-education-support-programs-and-related-services/child-find-process.



Head Start Programs

The Head Start Program is a federally funded, community-based program for low income families and pregnant women with children from birth to age five. The comprehensive program promotes school readiness, social and emotional well-being, and family engagement. The program is free to families who qualify. Prince George's County has two Head Start grant holders.

Lourie Center Head Start

• louriecenter.org/LC/programs-services/head-start

• louriecenter.org/LC

Easter Seals Head Start

dcmdva.easterseals.com/get-support/areas-of-support/childrens-services/head-start-early-head-start



Childcare Workshops

Are you interested in providing child care? Are you a current child care provider in the community? Are you a parent interested in learning more about taking care of your child? The Judy Center Early Learning Hubs and Prince George's Child Resource Center have partnered to provide free, virtual workshops. Workshops are held monthly for child care providers and parents on useful topics, including health, safety, behavior, math, and literacy. All participants will receive credit towards credentials for licensing for attending the workshops.

A flyer, as well as a link to register, will be provided to partnering child care providers. Parents can call to register at 301-772-8420.



PGMLS has in-person storytelling for young children.

For a complete calendar of events or to register, visit the PGMLS website at pgcmls.info/events



WIC

WIC is a nutrition program for women, infants, and children up to age five that gives extra food, tips on healthy eating, breastfeeding help, and referrals for other services. To apply, call WIC at 240-638-1270. For more information about the program, visit fns.usda.gov/wic.



JUDY CENTER EARLY LEARNING HUBS SITES

BRADBURY HEIGHTS

1401 Glacier Ave.
Capitol Heights, MD 20743

CARMODY HILLS

401 Jadeleaf Ave.
Capitol Heights, MD 20743

COOL SPRING

8908 Riggs Rd.
Adelphi, MD 20783

HILLCREST HEIGHTS

4305 22nd Pl.
Temple Hills, MD 20748

OXON HILL

7701 Livingston Rd
Oxon Hill, MD 20745

ROSA L. PARKS

6111 Ager Rd.
Hyattsville, MD 20782

To learn more about all of our locations, visit <https://www.pgcps.org/offices/early-learning-programs/judy-center-early-learning-hub>

Judy Center Early Learning Hubs

Hillcrest Heights Elementary School

Quarterly Newsletter • March – May 2026



Math Workshops

Math workshops are interactive, hands-on parent/child workshops that promote young children's development of school-readiness skills. Based on the belief that parents are their children's first teachers, math workshops teach parents how to make everyday moments meaningful opportunities for their young children to develop through play, singing, talking, reading, and engaging in fun activities. During the math workshops, parents will learn strategies to support their child's math development. The strategies include playing number games, encouraging children to try writing numbers, drawing and cutting out shapes, and identifying patterns. Parents will also learn to use math tools when talking about measurement, such as size, length, and weight, as well as how to support learning through sorting and sequencing games.

By the end of these math workshops, children should have gained helpful strategies to count aloud, recognize and name written numbers, identify some two-dimensional shapes, match similar shapes, measure objects, and sequence and order items.



Spring Health

The beginning of spring is a great time to promote healthy habits and goals for your child. Research from Care Resource has shared 6 tips to help your little ones remain healthy this spring:

- 1 **Encourage healthy sleep habits**
It is recommended that school-aged children (ages 5 to 12) sleep 9 to 12 hours per night.
- 2 **Teach proper handwashing techniques**
To prevent sickness and the spread of germs, children should be taught how to properly wash their hands.

- 3 **Have them vaccinated**
Vaccination can help protect against illness and the spread of disease.
- 4 **Have them eat healthily and drink plenty of water**
Children should be taught to eat nutrient-rich fruits and vegetables and to drink plenty of water to create healthy habits.
- 5 **Encourage sports and exercise**
Children should be encouraged to play sports and exercise rather than spend time in front of a screen.
- 6 **Get their annual exam**
Annual exams are highly critical for the continued well-being of your children.

Important Dates

MARCH 2026

Math Parent/Child Workshops	5, 12, 19 & 26
Brighter Bites Food Distribution	12 & 25

APRIL 2026

School Readiness Fair	20
Brighter Bites Food Distribution	8 & 22
Willy Woo Woo Family Engagement	24

MAY 2026

Brighter Bites Food Distribution	6 & 20
Blue Sky Puppet Family Engagement	15
Transition Night	19



Sedes de Aprendizaje Temprano del Centro Judy

Boletín informativo trimestral • Marzo – Mayo 2026

Salta al verano

A medida que nos acercamos a la primavera, los niños y las familias pronto harán la transición al verano. Los días más largos y el clima más cálido brindan más oportunidades para que las familias disfruten juntas de actividades al aire libre.

En los próximos meses, las Sedes de Aprendizaje Temprano del Centro Judy se centrarán en la participación familiar, la divulgación, las excursiones familiares, los grupos de juego y los talleres para padres en el ámbito de preparación escolar. Estas actividades apoyarán la preparación escolar, las transiciones escolares, la inscripción para prekínder y la planificación para los programas

Durante los meses de marzo y abril, las Sedes de Aprendizaje Temprano del Centro Judy organizarán eventos de preparación escolar. Estos eventos permiten que los socios comunitarios, las empresas locales y los programas escolares compartan información sobre sus servicios con las familias. Los talleres para hacer la transición a la escuela se ofrecerán en colaboración con las escuelas, el programa Head Start y los programas de cuidado infantil para ayudar a las familias a comprender las expectativas escolares.

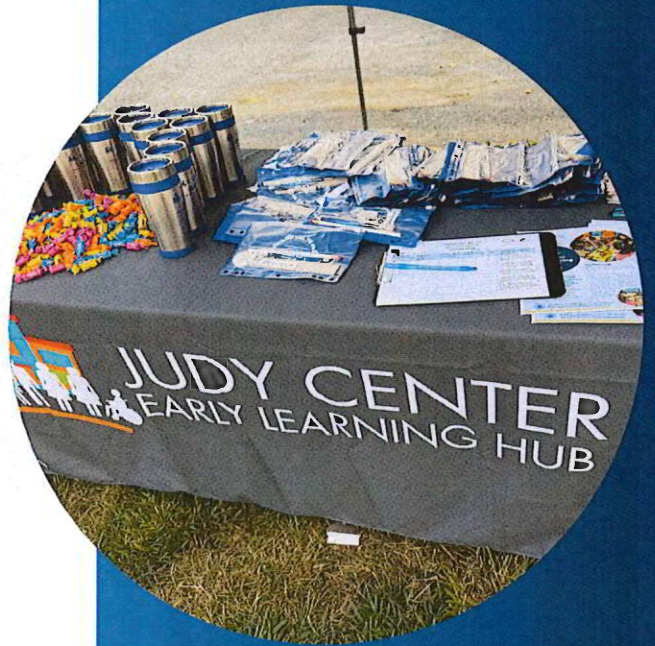
Durante este tiempo, se abrirá el plazo de inscripción para los programas de kínder y prekínder de PGCPS y los padres recibirán información sobre cómo inscribirse en línea.

En abril, celebramos la Semana del niño pequeño (11-17 de abril de 2026). Las Sedes de Aprendizaje Temprano del Centro Judy se unen los programas de primera infancia en todo el país para reconocer la importancia de satisfacer las necesidades de los niños pequeños y apoyar el trabajo de los programas de primera infancia. Para más información, visite: naeyc.org/events/woyc.



Mayo es el Mes Nacional de la Salud Mental Infantil.

Los niños de toda edad pueden experimentar desafíos de salud mental, y aproximadamente uno de cada cinco niños y adolescentes pueden verse afectados. Es importante que los padres y los cuidadores recuerden que la salud mental es tan importante como la salud física. También puede visitar childrensmentalhealthmatters.org para obtener más información. Si tiene inquietudes sobre la salud mental de su niño, por favor, comuníquese con su sede local de Aprendizaje Temprano del Centro Judy para obtener recursos.



Fechas importantes

MARZO 2026

Último día de Ramadán	18
Desarrollo profesional–Las escuelas estarán CERRADAS para los estudiantes.	20
Salida anticipada para los estudiantes.	27
Vacaciones de primavera – Las escuelas estarán cerradas	3.30–4.2

ABRIL 2026

Vacaciones de primavera / Días Festivos de Pascua – Las escuelas y las oficinas estarán cerradas	3 y 6
Día de planificación para los maestros –salida anticipada para los estudiantes	22

MAYO 2026

Día de los Caídos en Guerra –Las escuelas y las oficinas estarán cerradas	25
Eid-al-Adha – Las escuelas y las oficinas estarán cerradas	27

RECURSOS COMUNITARIOS



Programa de Educación para Adultos de Prince George Community College

Aprender a leer y a escribir en inglés:

Comuníquese con Tiffany García al 301-546-8482.

Puente al Diploma de la Escuela Superior:

Llame al 301-546-8350 para obtener más información.

Clases de inglés para adultos GRATUITAS:

Comuníquese con el Programa de Educación para Adultos de PGCC al 301-546-8350 o visite pgcc.edu/go/adulteducationesl para obtener más información.



Desarrollo infantil / Educación especial

Programa para Bebés y Niños Pequeños (desde el nacimiento hasta los 35 meses de edad)

Llame al 301-925-6627 para una evaluación del desarrollo o visite el sitio web en pgcps.org/offices/special-education/special-education-early-childhood-birth-5/special-education-infants-and-toddlers.

Child Find (35 meses a 5 años/prekínder)

Llame al 301-925-6600 para solicitar una evaluación de desarrollo o visite el sitio web en pgcps.org/offices/special-education/special-education-support-programs-and-related-services/child-find-process.



Programas Head Start

Head Start es un programa comunitario financiado por el gobierno federal para las familias de bajos recursos y mujeres embarazadas con niños de cero a cinco años. El programa integral promueve la preparación escolar, el bienestar social y emocional y la participación familiar. El programa es gratis para las familias que cumplen con los requisitos. El Condado de Prince George tiene dos beneficiarios del subsidio para Head Start.

Lourie Center Head Start

• louriecenter.org/LC/programs-services/head-start

• louriecenter.org/LC

Easter Seals Head Start

dcmdva.easterseals.com/get-support/areas-of-support/childrens-services/head-start-early-head-start



Childcare Workshops

¿Le interesa proveer el servicio de cuidado infantil? ¿Es usted actualmente un proveedor de cuidado infantil en la comunidad? ¿Es usted un padre/madre que desea aprender más sobre cómo cuidar de su niño? La Red de Aprendizaje Temprano del Centro Judy y el Centro de Recursos para Niños de Prince George están colaborando para brindar talleres virtuales gratuitos. Los talleres se llevan a cabo mensualmente y están dirigidos a proveedores de cuidado infantil y padres. En ellos se tratan temas útiles, que incluyen la salud, la seguridad, el comportamiento, las matemáticas y la alfabetización. Todos los participantes que asistan a los talleres recibirán créditos para las credenciales para obtener la licencia.

Se les brindará a los proveedores de cuidado infantil asociados un volante y un enlace para que se inscriban. Los padres pueden llamar al 301-772-8420 para inscribirse.



PGMLS tiene programas de narración de cuentos en persona para niños pequeños.

Para ver el calendario completo de eventos o para inscribirse, visite el sitio web de PGMLS en pgcmls.info/events



WIC

WIC es un programa de nutrición para mujeres, bebés y niños hasta los cinco años que da comida adicional, consejos sobre la alimentación saludable, ayuda para la lactancia y remisiones a otros servicios. Para inscribirse, llame a WIC al 240-638-1270. Para obtener más información sobre el programa, visite fns.usda.gov/wic.



SEDES DE LA RED DE APRENDIZAJE TEMPRANO DEL CENTRO JUDY

BRADBURY HEIGHTS

1401 Glacier Ave.
Capitol Heights, MD 20743

CARMODY HILLS

401 Jadeleaf Ave.
Capitol Heights, MD 20743

COOL SPRING

8908 Riggs Rd.
Adelphi, MD 20783

HILLCREST HEIGHTS

4305 22nd Pl.
Temple Hills, MD 20748

OXON HILL

7701 Livingston Rd
Oxon Hill, MD 20745

ROSA L. PARKS

6111 Ager Rd.
Hyattsville, MD 20782

Para aprender más sobre todas nuestras sedes, visite <https://www.pgcps.org/offices/early-learning-programs/judy-center-early-learning-hub>

Sedes de Aprendizaje Temprano del Centro Judy

Hillcrest Heights Elementary School

Boletín informativo trimestral • Marzo - Mayo 2026



Taller de matemáticas

Los talleres de matemáticas son talleres interactivos y prácticos para padres/estudiantes que promueven el desarrollo de las habilidades de preparación escolar en los niños pequeños. Fundamentados en la creencia de que los padres son los primeros maestros de sus hijos, los talleres de matemáticas enseñan a los padres cómo convertir los momentos cotidianos en oportunidades significativas para que sus hijos pequeños se desarrollen a través del juego, el canto, la conversación, la lectura y la participación en actividades divertidas. Durante los talleres de matemáticas, los padres aprenden estrategias para apoyar el desarrollo matemático de sus estudiantes. Las estrategias incluyen jugar juegos de números, alentar a los niños a intentar escribir números, dibujar y recortar formas e identificar patrones. Los padres también aprenderán a utilizar herramientas de matemáticas cuando hablen de medidas, como el tamaño, la longitud y el peso, así como a fomentar el aprendizaje mediante juegos de clasificación y secuenciación.

Al finalizar estos talleres de matemáticas, los niños deben haber adquirido estrategias útiles para contar en voz alta, reconocer y nombrar números escritos, identificar algunas formas bidimensionales, emparejar formas similares, medir objetos y secuenciar y ordenar elementos.

Fechas importantes

MARZO 2026

Taller de matemáticas para padres/estudiantes	5, 12, 19 y 26
Distribución de alimentos de Brighter Bites	12 & 25

ABRIL 2026

Feria de preparación escolar	20
Distribución de alimentos de Brighter Bites	8 y 22
Evento de participación familiar de «Willy Woo Woo»	24

MAYO 2026

Distribución de alimentos de Brighter Bites	6 y 20
Evento de participación familiar de «Blue Sky Puppet»	15
Noche de transición	19



Salud en la primavera

El comienzo de la primavera es un momento ideal para promover hábitos saludables y metas para su hijo. Una investigación de Care Resource ha compartido seis consejos para ayudar a sus pequeños a mantenerse saludables esta primavera:

1 Fomente los hábitos saludables de sueño: Se recomienda que los niños en edad escolar (de 5 a 12 años) duerman entre 9 y 12 horas por noche.

2 Enseñe las técnicas adecuadas de lavado de manos: Para prevenir las enfermedades y la propagación de los gérmenes, se debe enseñar a los niños a lavarse las manos adecuadamente.

3 Vacune a su hijo: Las vacunas pueden ayudar a proteger contra las enfermedades y la propagación de gérmenes.

4 Haga que coman de manera saludable y beban mucha agua: Se debe enseñar a los niños a comer frutas y verduras ricas en nutrientes y a beber mucha agua para que adquieran hábitos saludables.

5 Anímelos a practicar deportes y hacer ejercicio: Se debe animar a los niños a practicar deportes y hacer ejercicio en lugar de pasar tiempo delante de una pantalla.

6 Llévelos a sus exámenes médicos anuales: Los exámenes médicos anuales son muy importantes para el bienestar continuo de sus hijos.

Centres d'apprentissage précoce Judy Center

Bulletin trimestriel • Mars - Mai 2026

Du printemps à l'été

A l'approche du printemps, les enfants et les familles se préparent bientôt à passer à l'été. Les journées plus longues et le temps plus chaud offrent aux familles davantage d'occasions de profiter ensemble d'activités en plein air.

Au cours des prochains mois, les centres Judy d'apprentissage précoce se concentreront sur l'engagement familial, la sensibilisation, les sorties familiales, les groupes de jeu et les ateliers pour parents dans le domaine de la préparation à l'école. Ces activités favoriseront la préparation à l'école, la transition scolaire, l'inscription à la prématernelle et la planification des programmes d'été.

En mars et avril, les centres Judy d'apprentissage précoce organiseront des événements consacrés à la préparation à l'école. Ces événements permettront aux partenaires communautaires, aux entreprises locales et aux programmes scolaires de partager des informations sur leurs services avec les familles. Des ateliers sur la transition vers l'école seront également proposés en partenariat avec les écoles, Head Start et les programmes de garde d'enfants afin d'aider les familles à comprendre les attentes scolaires.

Pendant cette période, les inscriptions à la prématernelle et à la maternelle de PGCPS seront ouvertes, et les parents recevront des informations sur la manière de s'inscrire en ligne.

En avril, nous célébrons la Semaine de la petite

enfance (du 11 au 17 avril 2026). Les sites du centre Judy d'apprentissage précoce se joignent aux programmes de la petite enfance à travers le pays pour reconnaître l'importance de répondre aux besoins des jeunes enfants et de soutenir le travail des programmes de la petite enfance. Pour plus d'information, visitez naeyc.org/events/woyc.



Le mois de mai est le mois national de la santé mentale

des enfants. Les enfants de tous âges peuvent être confrontés à des problèmes de santé mentale, et environ un enfant ou adolescent sur cinq peut être touché. Il est important que les parents et les personnes qui s'occupent d'enfants se souviennent que la santé mentale est tout aussi importante que la santé physique. Vous pouvez aussi consulter childrensmentalhealthmatters.org pour plus d'informations. Si vous avez des inquiétudes concernant la santé mentale de votre enfant, veuillez contacter votre centre Judy d'apprentissage précoce local pour obtenir des ressources.



Prochains événements

MARS 2026

Dernier jour du Ramadan	18
Développement professionnel – Les écoles sont fermées pour les élèves	20
Sortie anticipée pour les élèves	27
Congés de printemps – Les écoles sont fermées	3.30– 4.2

AVRIL 2026

Congés de printemps/jours fériés de Pâques – Les écoles et bureaux sont fermés	3 et 6
Planification des enseignants – Sortie anticipée pour les élèves	22

MAI 2026

Journée du souvenir – Les écoles et bureaux sont fermés	25
Eid-al-Adha – Les écoles et bureaux sont fermés	27

RESSOURCES COMMUNAUTAIRES



Formation pour adultes à l'Université Communautaire de Prince George

Apprenez à lire et à écrire l'anglais:

Contactez Tiffany Garcia au 301-546-8482.

Transition vers le diplôme d'études secondaires:

Appelez le 301-546-8350 pour plus d'informations.

Cours d'anglais GRATUIT pour adultes:

Contactez le Programme d'éducation des adultes de PGCC au 301-546-8350 ou pgcc.edu/go/adulteducationesl pour plus d'informations.



Programmes Head Start

Le programme Head Start est un programme communautaire financé par le gouvernement fédéral, destiné aux familles à faible revenu et aux femmes enceintes ayant des enfants de la naissance à cinq ans. Ce programme complet favorise la préparation à l'école, le bien-être social et émotionnel et l'engagement familial. Il est gratuit pour les familles qui remplissent les conditions requises. Le comté de Prince George compte deux bénéficiaires de subventions Head Start.

Lourie Center Head Start

• louriecenter.org/LC/programs-services/head-start

• louriecenter.org/LC

Easter Seals Head Start

dcmdva.easterseals.com/get-support/areas-of-support/childrens-services/head-start-early-head-start



Développement de l'enfant/Éducation spéciale

Programme pour nourrissons et tout-petits (de la naissance à 35 mois)

Appelez le 301-925-6627 pour une évaluation de développement ou visitez le site web à l'adresse pgcps.org/offices/special-education/special-education-early-childhood-birth-5/special-education-infants-and-toddlers.

Child Find (35 mois à 5 ans/prématernelle)

301-925-6600 pour une évaluation de développement ou visitez le site web à l'adresse pgcps.org/offices/special-education/special-education-support-programs-and-related-services/child-find-process.



Ateliers sur la garde d'enfants

Êtes-vous intéressé à fournir des services de garde ? Êtes-vous un fournisseur actuel de services de garde dans la communauté ? Êtes-vous un parent qui veut en savoir plus sur la prise en charge de votre enfant ? Le Centre Judy d'apprentissage précoce et le Centre de ressources pour les enfants de Prince George se sont associés pour proposer des ateliers virtuels gratuits. Des ateliers gratuits sont organisés tous les mois pour les prestataires de services aux enfants et les parents, sur des sujets utiles tels que : la santé, la sécurité, le comportement, les mathématiques et l'alphabétisation. Tous les participants recevront des crédits comptant pour l'accréditation après avoir assisté aux ateliers.

Un dépliant ainsi qu'un lien pour s'inscrire seront fournis aux prestataires de services de garde d'enfants partenaires. Les parents peuvent s'inscrire par téléphone au 301-772-8420.



PGMLS propose des séances de contes en personne pour les jeunes enfants.

Pour consulter le calendrier complet des événements ou vous inscrire, rendez-vous sur le site Web de PGMLS à l'adresse pgcmls.info/events



WIC

WIC est un programme de nutrition destiné aux femmes, aux nourrissons et aux enfants jusqu'à l'âge de cinq ans, qui fournit des aliments supplémentaires, des conseils pour une alimentation saine, une aide à l'allaitement et des références pour d'autres services. Pour faire une demande, appelez le WIC au 240-638-1270. Pour plus d'informations sur le programme, rendez-vous sur fns.usda.gov/wic.



CENTRES JUDY D'APPRENTISSAGE PRÉCOCE

BRADBURY HEIGHTS

1401 Glacier Ave.
Capitol Heights, MD 20743

CARMODY HILLS

401 Jadeleaf Ave.
Capitol Heights, MD 20743

COOL SPRING

8908 Riggs Rd.
Adelphi, MD 20783

HILLCREST HEIGHTS

4305 22nd Pl.
Temple Hills, MD 20748

OXON HILL

7701 Livingston Rd
Oxon Hill, MD 20745

ROSA L. PARKS

6111 Ager Rd.
Hyattsville, MD 20782

Pour en savoir plus sur tous nos sites, rendez-vous sur <https://www.pgcps.org/offices/early-learning-programs/judy-center-early-learning-hub>

Centre Judy d'apprentissage précoce à l'École primaire

Hillcrest Heights Elementary School

Bulletin trimestriel • Mars - Mai 2026



Ateliers de mathématiques

Les ateliers de mathématiques sont des ateliers interactifs et pratiques destinés aux parents et aux enfants, qui favorisent le développement des compétences scolaires des jeunes enfants. Partant du principe que les parents sont les premiers enseignants de leurs enfants, les ateliers de mathématiques enseignent aux parents comment transformer les moments quotidiens en occasions significatives pour le développement de leurs jeunes enfants à travers le jeu, le chant, la conversation, la lecture et des activités ludiques. Au cours des ateliers de mathématiques, les parents apprendront des stratégies pour soutenir le développement mathématique de leur enfant. Ces stratégies comprennent des jeux avec les chiffres, encourager les enfants à essayer d'écrire des chiffres, dessiner et découper des formes, et identifier des motifs. Les parents apprendront également à utiliser des outils mathématiques pour parler de mesures, telles que la taille, la longueur et le poids, ainsi qu'à soutenir l'apprentissage à travers des jeux de tri et de classement.

À la fin de ces ateliers de mathématiques, les enfants devraient avoir acquis des stratégies utiles pour compter à voix haute, reconnaître et nommer les chiffres écrits, identifier certaines formes bidimensionnelles, associer des formes similaires, mesurer des objets, et séquencer et ordonner des éléments.

Prochains évènements

MARS 2026

Ateliers mathématiques parents/enfants	5, 12, 19 et 26
Distribution de produits Brighter Bites	12 et 25

AVRIL 2026

Foire de Préparation à l'école	20
Distribution de produits Brighter Bites	8 et 22
Engagement familial de Willy Woo Woo	24

MAI 2026

Distribution de produits Brighter Bites	6 et 20
Participation de la famille à Blue Sky Puppet	15
Soirée de transition	19

* CONSEILS AUX PARENTS

Santé au printemps

Le début du printemps est le moment idéal pour promouvoir des habitudes saines et des objectifs pour votre enfant. Une étude menée par Care Resource a permis de dégager 6 conseils pour aider vos petits à rester en bonne santé ce printemps :

1 Encouragez de bonnes habitudes de sommeil: Il est recommandé que les enfants d'âge scolaire (de 5 à 12 ans) dorment entre 9 et 12 heures par nuit.

2 Enseignez-leur les techniques appropriées pour se laver les mains: Afin de prévenir les maladies et la propagation des germes, il est important d'apprendre aux enfants à se laver les mains correctement.

3 Faites-les vacciner: La vaccination peut aider à protéger contre les maladies et leur propagation.

4 Faites-leur manger sainement et boire beaucoup d'eau: Il faut apprendre aux enfants à manger des fruits et légumes riches en nutriments et à boire beaucoup d'eau afin de leur inculquer des habitudes saines.

5 Encouragez-les à faire du sport et de l'exercice: Il faut encourager les enfants à faire du sport et de l'exercice plutôt que de passer leur temps devant un écran.

6 Faites-leur passer un examen annuel: Les examens annuels sont essentiels pour le bien-être continu de vos enfants.

