

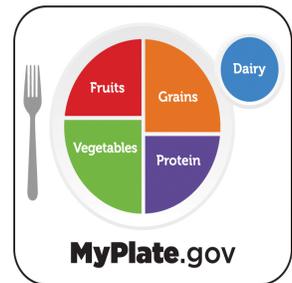


Notas de la Enfermera de Octubre

Si en algún momento tiene preguntas o inquietudes, comuníquese conmigo directamente a s.queheillalt@cvillecatholic.org o 434-964-0400.

Hábitos de Comer Saludable

Los buenos hábitos de nutrición son importantes para el éxito de su hijo durante el día escolar. Recuerde llevar refrigerios saludables y un almuerzo nutritivo. Este enlace ofrece algunos recursos maravillosos para planificar meriendas y almuerzos saludables. [¿Cuál es mi plato? ;descubre mi plato](#)



Considere también estas alternativas a las delicias de celebración de cumpleaños:

- Done un libro a la biblioteca de la escuela o del salón en honor a su hijo. Pídale que lo firmen o que pongan una inscripción adentro.
- Traiga calcomanías, lápices, borradores divertidos, o pulseras luminosas.
- Done una planta para embellecer el jardín escolar, como flores, bulbos, árboles o arbustos.
- Done un juego de mesa para usarlo en el recreo interior o una cuerda para saltar o una pelota para juegos al aire libre.
- Haga que un miembro de la familia venga a clase para leer un cuento o compartir un talento o habilidad especial, o permita que el niño comparta su talento con la clase.
- Envíe marcadores y una camiseta en blanco para que la clase pueda firmar con mensajes especiales para el cumpleaños.

Enfermedades entre nosotros

Esta es la temporada de multitud de enfermedades virales y bacterianas. No he visto ningún patrón consistente en la escuela, como estreptococos, manos, pies y boca, virus estomacales o COVID, sin embargo, todos están aquí. Recuerdele a su hijo que se lave

las manos con frecuencia y se cubra la boca cuando tose o estornuda y recuerde mantener a su hijo en casa si tiene alguno de los siguientes síntomas

- Fiebre
- Vómito/Diarrea
- Erupción nueva/no diagnosticada
- Ojos rojos/irritados/drenados

Informes de Ausencias/Enfermedades

Si su hijo estará ausente de la escuela debido a una enfermedad o lesión, recuerde incluir la clínica en sus comunicaciones con la escuela. Además, es importante que envíe un correo electrónico todos los días que su hijo esté ausente, no solo el primer día de algunos días de enfermedad.

RECUERDE ante toda enfermedad, el estudiante debe estar libre de fiebre, diarrea o vómitos durante 24 horas sin el uso de medicamentos antes de regresar a la escuela. También le recomiendo que se asegure de que su hijo esté lo suficientemente bien como para pasar el día con éxito antes de regresar.

Informe de Heridas

Si su hijo sufre una herida que requiere asistencia especial o modificaciones en las actividades diarias, nosotros **TENEMOS** que tener comunicación escrita de un proveedor médico y/o padre. No podemos confiar en la palabra del estudiante sobre lo que puede y no puede hacer después de la herida.

Solicitud de Sustitución

Si usted es enfermera y le gustaría ser incluida en una lista de sustitutos, se lo agradecería mucho. Por lo general, a los sustitutos se les avisará si se solicita un día, como una ausencia planificada previamente o cobertura adicional para una excursión. Me alegra que alguien interesado me siga por un día.

