



Prepared parents. Healthy families.

## Boletín de los padres de Mayo

### Primavera

El sol está brillando. El aire es calidos y los días tienen luz más tarde en la noche. ¡La primavera está sobre nosotros! Mientras las flores comienzan a florecer y los pájaros comienzan a cantar por las mañanas, también hay algunos retos en la primavera. Las alergias pueden parecerse mucho a un resfriado. A veces, un niño puede tener síntomas de asma que parecen alergias.

Tenemos algunos consejos y trucos para hacer de esta primavera una de las mejores temporadas.



### Senalles y síntomas

No siempre es fácil saber si un estornudo se debe a alergias o resfriados. Si su hijo está estornudando y le pican la garganta y los ojos, esto puede ser una alergia estacional. Una secreción nasal con moco claro y acuoso se parece a las alergias. Un moco más espeso, amarillo/verde por lo general significa que su hijo tiene un resfriado.

### ¿Dentro o fuera?

Los niños no solo son alérgicos al polen y al algodón cuando llega la primavera. Pueden ser alérgicos a los ácaros del polvo o a la caspa de las mascotas en el hogar.

### Mañanas y Tardes

El polen de la hierba y las malezas se patean en la mañana. Intenta jugar adentro hasta la noche si es posible. Cierre las ventanas antes de acostarse, y lave sus cabellos y cuerpos antes de dormir.

Adaptado de Health Essentials [Health Essentials](#).

### Consortio de Servicios Comunitarios (CSC)

Las alergias y el asma pueden ser el resultado de problemas dentro del hogar, como moho negro, polvo excesivo, ácaros del polvo y otras plagas de insectos.

En asociación con Healthy Homes y el Centro de Salud Samaritan Lebanon, las familias pueden recibir mejoras gratuitas en el hogar a aparatos, productos y sistemas de filtración de aire más limpios que disminuyen el riesgo o la gravedad de las alergias y el asma.

Condado de Linn (Albany) 541-928-6335  
Condado de Benton (Corvallis) 541-752-1010  
Condado de Lincoln (Newport) 541-265-8505

### Hogares Saludables

En este momento, las referencias a Healthy Homes se hacen a través de un proveedor de atención médica de Samaritan. Estas referencias son para niños de 18 años o menos que experimentan alergias o asma que podría ser causada por el hogar.

El médico samaritano y el padre (s) completan una solicitud durante la cita. Healthy Homes revisará la solicitud, evaluará el hogar si es aceptado y determinará qué cambios y reparaciones se necesitan con el hogar. También ofrecen kits de inicio, como nuevas fundas de almohadas y ropa de cama que pueden reducir las alergias y el asma. Los inquilinos pueden calificar con el permiso del propietario.

## GREEN ACRES ELEMENTARY SCHOOL Book Fair

966 Bostwick Ln, Santa Cruz, CA 95062

May 2 - May 10

Thank you for visiting our homepage! Every purchase from the book fair earns rewards for our school, so please stop by and support us.

### Viernes noche de diversión familiar

¡Únase a nosotros para la Noche de Diversión Familiar el viernes en el Carrusel! ¡Disfrute de una noche de viajes ilimitados con una tarifa de admisión de solo \$ 5 por persona, los niños de 3 años y menores son gratis! Con una apariencia especial de nuestro propio HUGGY BEAR!!!

3 de mayo a las 5:30 pm | The Historic Carousel & Museo, Albany | \$5 por persona, niños de 3 años y menores



### Festival de la fresa de Lebanon

Traiga a su familia para divertirse y jugar. Ven a jugar en las casas de salto y gana algunos premios. Compra boletos para la rifa para ganar artículos más grandes y visita la subasta silenciosa. Aquí también tendremos camiones de comida.

30 de mayo a 2 de junio: jueves a las 4:00 pm, viernes a las 3:00 pm, sábado a la 1:00 pm, domingo a las 12:00 | Parque del lago Cheadle, 37919 Weirich Dr, Líbano

### Día de la mascota

El Día de las mascotas está lleno de actividades divertidas para toda la familia, ¡incluidos tus miembros peludos! Las actividades incluyen un zoológico de mascotas, zona de niños con casa de rebote, reptiles, curso de agilidad para perros, vendedores relacionados con animales y mucho más. Muchas de las actividades son gratuitas, pero algunas incluyen un pequeño lavado de perros, algunas actividades en la zona para niños y diversión.

4 de mayo a las 9:00 am | 450 SW 30th St, Corvallis

### Voluntarios de los Bomberos Desayuno de Panqueques

La comunidad está invitada al 16 desayuno anual de Pancakes Voluntarios del Departamento de Bomberos de Corvallis. Conozca a los bomberos locales, recorra un camión de bomberos y tome un abundante desayuno con tortitas, huevos, jamón, jugo y café. El desayuno cuesta \$ 6 para adultos, \$ 5 para estudiantes y \$ 3 para niños de 12 años o menos. Todos los ingresos van a apoyar la Casa Mario Pastega en el Centro Médico Regional de Good Samaritan.

4 de mayo a las 8:00 am | 400 Nw Harrison Blvd, Corvallis



### ¡Los Cuentos! Bilingual Storytime

¡Los Cuentos! Cuentos bilingües, en español e inglés, para niños de todas las edades y ocurre el segundo sábado de cada mes.

11 de mayo a las 10:30 am  
645 NW Monroe Ave, Corvallis



[Pollywog Facebook](#)



[Pollywog Website](#)



[Pollywog YouTube](#)

Copyright © Pollywog 2017. All rights reserved.

Our mailing address is:  
6500 Pacific Blvd. SW, LM-132  
Albany, OR 97321  
541-917-4884