

# Esperanza, ayuda y Cambio

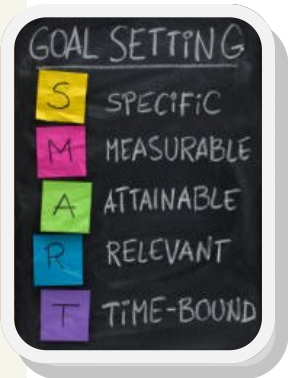


Boletín Informativo de UCAN Head Start

Enero, 2012



## Metas de las Familias



Aquí están algunas ideas y consejos para ayudar a usted y a su familia en poner metas exitosas para toda la familia: **Cada miembro de la familia debería**

**participar en** establecer y lograr las metas. Usted podría hacerse creativo acerca de como los niños pueden ayudar, pero trate de encontrar alguna forma de incluirlos a ellos. **No tiene que tener muchas metas al mismo tiempo.**

Una o dos metas al mismo tiempo es usualmente mejor. Mas de dos pueden ser mas dificultoso o abrumador y dejar a todos frustrados, **Las metas de la Familias pueden ser fijadas en cualquier momento durante el año** . No hay nada mágico que diga que tienen que ser fijadas al comienzo del año nuevo. Escoja el tiempo que es mas conveniente para su familia .

**Asegúrese de fijar metas “SMART” (inteligentes, que se puedan obtener) .** Specific “Específicas”, Measurable, “Medibles” Attainable, “Alcanzables” Relevant, “Pertinentes” Time-bound. “tiempo decidido”

**Escribir una lista de las metas de la Familia** usando cualquier tipo de grafica en fijando las metas, y colocarlas en un lugar visible tal como en el refrigerador. **Programe** tiempo en el calendario de la familia para sentarse y revisar de como están haciendo y cualquier cambio que necesite hacer.

~~~~~  
**Congratulaciones** para Alyshia Fraley por haber ganado en la rifa por haber llamado con la palabra de diciembre ! Sigamos leyendo estos noticieros ! La palabra de este mes es **“Scuffling” (burlarse de)** llamar a Brenda (541-673-6306 ext. 114) con el lugar en donde esta la palabra y entrar a la rifa. Asegúrese de llamar antes del 15 de Febrero.

### Puntos especiales de Interés en este artículo :

- Palabra clave del mes
- Esquina de la Directora
- Vacunas en Oregón
- Miembros del Consejo Directivo
- Foco de atención del currículo
- PBIS
- Seguridad en el Autobús
- La Salud en Acción
- Recursos gratis
- Crédito de impuestos de los ingresos ganados
- Página de Diversión
- Dispensa de Alimentos
- Clases para Padres



### Declaración de la misión de UCAN Head Start

**Asociándose con las familias y las comunidades para proveer un desarrollo comprensivo de servicios para niños de edad preescolar para incrementar habilidades sociales en la escuela y en la vida.**

# Esperanza, Ayuda y Cambio

## Esquina de la Directora

### Apegado Positivo en la crianza de niños

#### Apego positivo criando niños

La “regla dorada ” de siendo padres es; tratar a su niño así como a usted le gustaría que fuera tratada. La disciplina positiva es el principio importante que ayuda a los niños a desarrollar sus conciencias, por lo que ellos pueden ser guiados para demostrar compasión por los demás. La disciplina positiva esta basada en una relación segura, conectada y de confianza entre el padre y el niño. La disciplina que es de cariño y de respeto fortalece esta conexión , por lo que una disciplina áspera con exceso disciplinario debilita la conexión. Es importante en recordar que la meta en la disciplina es ayudar a que su niño desarrolle control de si mismo y su propia disciplina.

**La disciplina positiva comienza al nacer.** Vínculos de apego y confianza están formado cuando los padres son consistentes y compasivos en sus respuestas a las necesidades del bebe, de esta manera comienza la fundación de la disciplina .



**Técnicas** usadas en la disciplina positiva son prevención, distracción y substitución para guiar al niño a permanecer fuera de peligro.

**Ayudar a su niño** atreves de empatía, ver el mundo a través de sus ojos cuando ellos miran consecuencias naturales de sus acciones .

**Entender** que “comportamiento” es la forma de “comunicación” de su niño. Ellos comunican los sentimientos a través del comportamiento.

**Resolver problemas** juntos con sus niños , esto ayuda a cada uno a sentirse mejor.

**Entender** que es desarrolladamente apropiado para su niño en su edad particular. Después proveer una guía amorosa en base a sus necesidades y etapa del desarrollo.

**Los niños aprenden por ejemplos,** por lo que es importante modelar acciones positivas e interacciones positivas en las relaciones con los miembros de la familia y otros .

**Cuando usted reacciona** en cierta forma que podría crear “tensión, enojo o sentimientos heridos”, usted puede reparar el daño en la relación de padre-hijo tomando el tiempo para reconectar y pedir disculpas mas tarde.

[www.attachmentparenting.org](http://www.attachmentparenting.org)



**Maureen Short**

**Directora de la División de Servicios de los niños**

#### Miembros del Consejo Directivo en Head Start

|                     |               |
|---------------------|---------------|
| Ammi Davis,         | Chair         |
| Jessica Thrapp      | Green 1       |
| Diane Williams      | Green 2       |
| Louise Booher       | Reedsport     |
| Jason Perron        | Rsbg 3        |
| Heidi Gould         | Rsbg 5        |
| Noah Richardson     | Rsbg 6        |
| Robert Christianson | Suth. 1       |
| Leighsa Garrison    | Suth. 2       |
| Amber Dobson-Garret | SUmp.1        |
| Colleen Longworth   | UCC 1         |
| Misty Fox           | UCC 2         |
| Tiffany Youngblood  | Winston1      |
| Jennifer Marcellus  | Winston3/4    |
| Tacy Hite           | Community Rep |

Próxima reunión :  
2/14//2012 9:30am-12noon  
UCAN Head Start (Green)  
4544 Carnes Rd, Rsbg  
para mas información llamar al  
514-673-6306

# Esperanza, Ayuda y Cambio

## Enfoque del Currículo

### En el Salón de los Preescolares: Música y Movimiento

La música naturalmente deleita a los niños. Los niños pequeños “ piensan con sus cuerpos” bien antes que ellos piensen con palabras . Es por esto que el movimiento del cuerpo no es solo diversión para los niños pero también provee oportunidades para una buena resolución de problemas. Música y movimiento también tiene otros valores. Cantando o entonando puede ayudar en hacer una rutina de actividades y transiciones, tales como reuniendo a los niños hacia el círculo para un grupo de actividades para que así sean fáciles y mas agradables. Música y movimiento también son actividades sociales que ayudan a los niños a que sientan a ser parte de un grupo . Cuando los niños obtienen una apreciación de lo bello de la música y el baile, ellos adquieren un regalo que los llevara a un gran placer a través de sus vidas. .



## PBIS - Intervención y soporte hacia un comportamiento positivo

Los niños aprenden mediante escuchando, viendo y haciendo. Una manera agradable de enseñar a su niño es mediante leyendo juntos. Existen muchos libros que usted puede conseguir en la biblioteca acerca de como

enseñar habilidades sociales a sus niños . Esos libros están escritos de tal manera y que son desarrolladamente apropiados y que dan una oportunidad de discusión entre usted y su niño.

Al igual que Head Start tiene algunos libros para poder enviar a casa , la biblioteca también es un excelente lugar para buscar. Usted puede preguntar a la bibliotecaria por ideas. Aquí esta una lista de algunas sugerencias de libros:

- “Hands Are Not For Hitting” (Las Manos no son para golpear) por Martine Agassi-
- “I Have a Problem, Said the Bear” (“Yo tengo un Problema dijo el Oso”) por Heinz Janischney
- “The Kissing Hand” (“La Mano que besa ”) por Audrey Penn
- “Glad Monster, Sad Monster” (“Monstruo Encantado, Monstruo Triste”) Por Emberley y Anne Miranda
- “Too Loud Lilly” (“ Muy ruidosa Lilly”) por Sophia Laguna



## Seguridad en el Autobús

- ◆ Mantén el cinturón de seguridad abrochado y quédate sentado en tu sitio mientras que el autobús esté en movimiento.
- ◆ Evita gritos, peleas u otros disturbios innecesarios que puedan distraer a tu chofer.
- ◆ Espera a que la asistente del autobús te diga que ya puedes bajarte del autobús.
- ◆ Usa el pasamanos cuando te bajes del autobús.
- ◆ Ten cuidado cuando te bajes. Nunca saltes o des un paso muy grande para alcanzar la acera.
- ◆ Espera a que el autobús esté completamente parado antes de desabrocharte el cinturón de seguridad.
- ◆ Después de bajarte del autobús aléjate rápidamente de la zona de salida

**Siempre escucha y obedece a tu chofer del autobús.**



# Esperanza, Ayuda y Cambio

## Fecha de exclusión por falta de vacunas en las escuelas de Oregón es 2/15/2012

Las vacunas en las escuelas de Oregón son mandatorias por la ley para los niños que atienden escuelas públicas y privadas, los centros de preescolares, los lugares para cuidado de niños, y los programas de Head Start de Oregón. Casi todos los lugares donde se provee cuidado a los niños fuera de su casa es requisito tener las vacunas a excepción de razones médicas o religiosas para poder permanecer matriculados. .

Fecha de Exclusión por falta de vacunas en las escuelas de Oregón:

**February 15, 2012**

Por favor asegúrese que su niño o niña este al día con sus inmunizaciones (vacunas) para estar seguros que su hijo/ hija no sea excluido de la escuela. Si usted recibe una carta de exclusión, necesitará traer una documentación que diga que su niño/a recibió sus vacunas antes que el o ella aborden el autobús o atienda la escuela. Si tiene alguna pregunta por favor contacte a su FSE (Family Services Educador) [ Educadora de Servicios para las Familias]

### Información sobre Inmunizaciones del Centro para el control de enfermedades y su Prevención

En nuestra sociedad movable, mas de un millón de personas viajan a diario de un lugar a otro en otros países en donde muchas enfermedades que pueden ser prevenidas con vacunas todavía son comunes. **Sin las Inmunizaciones, las epidemias de muchas enfermedades preventivas podrían regresar nuevamente**, resultando en un aumento de innecesariamente –enfermedades, discapacidades y muerte entre los niños.

### Proteja a sus niños

Tenemos un record o un registro bajo de vacunas para prevenir las enfermedades prevenibles en los niños en los Estados Unidos, pero eso no quiere decir que estas hayan desaparecido. Muchos de estos virus y bacterias están todavía circulando en este país o están solamente a un paso de viajar en un avión. Por eso es importante que los niños, especialmente los recién nacidos y los niños pequeños reciban las vacunas recomendadas a tiempo.

Las siguientes vacunas para prevenir enfermedades, no hace mucho tiempo, incapacitaron y mataron a millones de niños americanos. Gracias a que nuestro país ha tenido un alto nivel de inmunizaciones , estas enfermedades son ahora no muy comunes.

Difteria tipo influenza hemofílica  
Hepatitis A y B  
Influenza  
Sarampión  
Meningocócica  
Paperas  
Tos Ferina (whooping Cough)  
Enfermedad Neumocócica  
Polio  
Rotavirus (Diarrea Severa )  
Rubéola (German Measles)  
Tétano (lockjaw)  
Varicela (chickenpox)

La vacuna Hib ES NUEVAMENTE REQUERIDA para los niños que atienden los centros de cuidados para los niños menores de 5 años

Para mas información de las inmunizaciones visite el centro para el control y prevención de enfermedades en el sitio de [www.cdc.gov](http://www.cdc.gov)

## Salud en Acción — Cinco pasos hacia la Buena Salud!



5° paso "Acepte el desafío de la variedad y el balance en las comidas!" Este desafío le alienta a que sirva alimentos variados y ha que sea consistente en su horario de comidas y meriendas. Sea un buen ejemplo y coman y jueguen juntos en familia. ¿Y qué si exploran la sección de verduras y frutas frescas en la tienda para así ver todas las diferentes frutas y verduras? Planee una comida "arco iris" escogiendo un alimento de cada color. Para hacer ejercicio, escoja **actividades de balancear estimulantes tal como estas**: ponga un pequeño objeto en una cuchara y atravesie (caminando) el cuarto sin que se le caiga; Trate de caminar balanceándose sobre una línea hecha con tiza en el piso.



# Esperanza, Ayuda y Cambio

## Recursos gratis

### Asistencia para el teléfono a familias de bajos ingresos

Línea , Conexión , y número de servicios limitados ayudan en mantener conectados a los americanos mediante haciendo los servicios de teléfono locales básicos, mas al alcance para mas de 7 millones de Americanos. Para información en como aplicar para estos descuentos, visite: <http://www.lifelinesupport.org/li/low-income/lifelinesupport/browse/Default.aspx> y haga click en Oregón en el mapa, o contacte su compañía local de teléfono

### Biblioteca del Condado de Douglas

Para más información sobre los distintos servicios que ofrece la biblioteca, tal como **la hora de cuentos** (para su preescolar), **Programa de lectura en el verano** (para niños de edad escolar), **clubes de lectura**, **uso de las computadoras** o para pedir un libro, llame a uno de los números de teléfono listados abajo en el Internet. Para obtener la tarjeta de la biblioteca necesitará una forma de identificación que muestre su dirección de correos en el condado de Douglas. Los niños menores de 16 años pueden sacar su tarjeta con la firma del padre/madre o guardián legal.

### Biblioteca de Roseburg

Información y Horas...541-440-4305 o al 1-800-441-2706

- Tel. de la Oficina de la biblioteca de Roseburg .... 541- 440-4311
- Canyonville 541- 839-4727
- Drain 541-836-2648
- Glendale.....541-832-2360
- Myrtle Creek.....541-863-5945
- Oakland.....541-459-9784
- Reedsport.....541-271-3500
- Riddle.....541-874-2070
- Sutherlin.....541-459-9161
- Winston.....541-679-5501
- Yoncalla .....541-849-2128

[www.dclibrary.us](http://www.dclibrary.us)

### BATTERED PERSON'S ADVOCACY (BPA) Centro de abogacía para personas maltratadas

Dedicados a erradicar la violencia física y sexual en el hogar en el condado de Douglas ofreciendo educación sobre esto en nuestra comunidad y brindando (proporcionando) refugio, abogacía y apoyo a las víctimas  
Drop In Advocacy Center-(Llegada sin cita para este centro de apoyo)  
1202 SE Douglas, Roseburg  
24 Hour Hotline (Línea de emergencia las 24 horas del día) 673-7867 o línea de larga distancia gratis  
1-800-464-6543  
[www.peaceathome.com](http://www.peaceathome.com)



### Anotar en sus

### Calendarios

Abril 11, 18, 25 y Mayo 2

4 diferentes series de clases para padres

**Gratis** con una comida y cuidado de niños en el centro Head Start de San José en Roseburg 1-6 en la calle Stanton.

Usando interacción y soporte positivo para un buen comportamiento

Presentada por el Dr. Dale Myers



Noticias que puede usar



### Sabia usted que ???

Costco toma SNAP (estampillas de comida) y TANF tarjetas de asistencia de efectivo! Si usted es miembro de Costco o sabe de alguien que lo es, ustedes pueden usar estos beneficios para hacer compras al mayoreo.

### Créditos ganados sobre la tasa de ingresos :

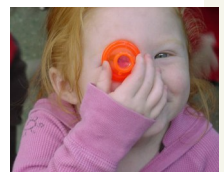
Familias trabajadores que han ganado menos de \$46,000 pueden ser elegibles para un crédito de impuestos —Obtenga mas \$\$\$ de regreso . Visite [www.irs.gov/eitc](http://www.irs.gov/eitc) o pregunte a su FSE.

## UCAN Head Start

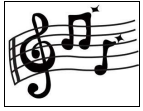
Estamos aceptando aplicaciones para el año escolar 2011/2012 para los niños que cumplieron 3-4 años para el 1 de Sept., 2011. También estamos recopilando una lista de aplicaciones para el próximo año escolar . Si su niño/a va a cumplir 3 para el 1 de Sept., 2012 llame y pregunta para ser puesto en la lista del año escolar 20122013 y nosotros le enviaremos una aplicación tan pronto como estén a la disposición .

Aceptando aplicaciones

Para una aplicación llamar:  
541-673-6306  
800-320-6306  
o visite [www.ucan.org](http://www.ucan.org)



# Esperanza, Ayuda y Cambio



## Canción del mes

*Head, (cabeza) Shoulders, (hombros), Knees (rodillas) y Toes (dedos de los pies)*

(Toca la parte de tu cuerpo cuando la escuches)

**Cabeza, Hombros, Rodillas y dedos**

**Rodillas y dedos, rodillas y dedos**

**Cabeza, hombros, rodillas y dedos**

**Ojos, oídos, boca y nariz cada vez que cantes hazlo un poquito mas rápido.**



[www.fatherhood.org](http://www.fatherhood.org)

**Criando niños Respetuosos** Se pregunta como enseñar respeto a sus hijos? Tenemos tres estrategias que usted necesita para criar un hijo considerado.

**Buscar por momentos de enseñanza.** Cuando su niño no es respetuoso, cumpla con la disciplina - necesita corregir el comportamiento - pero tome la oportunidad de explicarle al niño el porque sus acciones fueron irrespetuosas. . Pregunte como el o ella piensan que pudieran actuar diferente en la próxima vez. Y, no se olvide de premiar un comportamiento bueno y respetuoso con una palabra amable y con un gesto de aprobación. (Leer mas en [www.fatherhood.org](http://www.fatherhood.org))



## Los niños Aprenden de como ellos viven

Por Dorothy Law Nolte

Si los niños viven con crítica, Ellos aprenden a condenar.

Si los niños viven con hostilidad, Ellos aprenden a pelear.

Si los niños viven con ridículo, Ellos aprenden a ser tímidos.

Si los niños viven con vergüenza, Ellos aprenden a sentirse culpables.

Si los niños viven con estímulo, Ellos aprenden la confianza.

Si los niños viven con tolerancia Aprenden a ser pacientes.

Si los niños viven con elogios, Aprenden a apreciar.

Si los niños viven con aceptación, Ellos aprenden a amar.

Si los niños viven con aprobación, Ellos aprenden a quererse ellos mismos.

Si los niños viven con honestidad, Ellos aprenden veracidad.

Si los niños viven con seguridad, Ellos aprenden a tener fe en sí mismos y los demás.

Si los niños viven con amabilidad, Ellos aprenden que el mundo es un lugar agradable para vivir

## Pizza con pan English Muffin

- Pan English muffin
- 2 Cuch. de salsa de pizza
- 1/3 tasa queso mozzarella, rayado



- 1 rodaja de jamón en trocitos
- 1/4 tasa de pimientos picados
- 1/4 tasa piña picadita
- 1/4 cucharadita de albahaca (opcional)

1. precalentar el horno a 400 grados F.
2. Corte el pan English muffin en mitad .
3. coloque encima de las dos mitades salsa de pizza o de tomate y queso
4. agregar el jamón en trocitos, pimientos y la piña.
5. Rociarla con albahaca
6. Hornear hasta que se derrita el queso, cerca de 10 minutos.

7. Remueva del horno y sirva calentita.

## 15 formas simples para poder moverse!



9. Encontrar un espacio abierto y rodar en diferente formas ...con el cuerpo a lo largo y derecho y enrollado y pequeño . Rodando debajo de una montana es divertido!



10. Soplar burbujas afuera . Perseguir y cazar las burbujas antes que exploten.

# Dispensas de Alimentos de la Comunidad



## Roseburg Fish Pantry

Lunes / miércoles 2:00-3:30 de la tarde  
jueves / viernes 9:30-11:30 de la mañana  
405 Jerry's Drive,  
Roseburg, 541-672-5242

## Roseburg—Salvation Army

Lunes –10 –11:30 am Y 1:00-4:00pm; Miércoles 10:30-11:30 AM y 3-4 PM, Martes, Jueves y Viernes de 1:00 a 4:00 PM. .  
3130 NE Stephen  
Roseburg, 541-672-6581

## Roseburg—Seventh Day Adventist Community Services

Martes de 10 am a 12 y de 1 a 3 pm Y el tercer Martes de cada mes abierto solamente de 1 a 3 de la tarde  
1109 NW Garden Valley, .  
Roseburg, 541-672-1542

## Roseburg Dream Center

Lunes/Miércoles de 10:00 am a 2 pm  
433 SE Main St. Roseburg  
541-673-5918

## Sutherlin-Oakland Emergency Pantry

Lunes/miércoles de 9:00 a 11:00 de la mañana  
183 1st Street, Sutherlin  
541-459-4082

## Dillard/Winston Food Pantry

Lunes/miércoles 9:30-11:30 & 1<sup>er</sup> y 3<sup>er</sup> miércoles del mes 4:30—5:30pm  
131 4th street Dillard  
541-679-7651

## Reedsport AARP

Jueves 11:00-2:00pm  
460 Winchester Ave.  
Reedsport

## Drain Fish

Martes 9am-1pm  
239 B St. Drain

## Myrtle Creek St. Vincent DePaul Food Pantry

Lunes/Miércoles 9am-1pm  
116 NW Main, Myrtle  
Creek 863-3310

## Riddle South Douglas Food Pantry

Jueves 9am-12pm, y 3<sup>o</sup> y 4<sup>o</sup> Sábado- 10am-a 12pm  
420 E St., Riddle  
643-3831

## Canyonville Seventh Day Adventist Community Services

Miércoles 9:30-11:30am y 1pm-2:30pm  
714 NW Frontage  
Canyonville 541-839-4051

## Wilburg-provisions

**Los Mares—** Tiene que estar presente a las 11 de la mañana para completar papeleo para poder recibir cajas de alimentos . Los hogares pueden participar todas las semanas.

8384 Old Hwy.99 Wilbur,  
541-673-1650

## Glide—Helping Hands Seventh Day Adventist

Los Miércoles de 10:00 a 2 :00 y el p1<sup>o</sup> miércoles de cada mes están abiertos de 4:00 a 6:00 de la tarde

19085N. UmpquHwy.Glide  
541- 496-3956

*Oregon Trail—para información sobre como obtener estampillas de comida llame al*

1-800-723-3638

# Comedores Comunitarios

Esta es una lista de los sitios que ofrecen cenas y otras comidas en nuestra comunidad. todas son completamente gratis y todos son bienvenidos

## Sutherlin- St. Francis Xavier Cocina Comunitaria

Lunes y miércoles de 4:30-5:30 de la tarde  
323 N. Comstock, Sutherlin  
Phone # 541-459-8807

## Roseburg—St. Joseph's Cocina Comunitaria

Martes y jueves de 4:30 a 5.30 de la tarde  
800 W. Stanton 541-673-5157

## Roseburg Rescue Mission

De lunes a viernes Desayuno a las 6:45am , Almuerzo 12 del mediodía y Cena a las 6:30pm

## Myrtle Creek—Table of Plenty (at the Parish Hall) 1242 NE Spruce Ave—

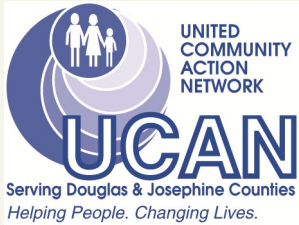
Los sábados de 1:00 a 3:00 de la tarde

## Fellowship Foundation

813 SE Lane, Roseburg  
Domingos de 4:30 a 5:30 de la tarde

**Roseburg—Friendly Kitchen** 1033 NE Post, Roseburg . — Lunes a viernes de 10:45 am-a 12:00pm. Se sugiere una donación de \$ 2.25 pero no se le niega una comida debido a no poder pagar 541– 673-5929 ( también comidas sobre ruedas)

El Departamento de Agricultura de los Estados Unidos (USDA) prohíbe la discriminación en todos sus programas y actividades en base a raza, color, origen, sexo, religión, edad, incapacidad física, creencias políticas, orientación sexual, y estado civil o familiar. . Para presentar una queja de discriminación, escriba a la USDA, Director, Office of Civil Rights (Oficina de Derechos Civiles), Room 326-W, Whitten Building, 14th and Independence Avenue, SW, Washington, DC 20250-9410 o llame al 202-720-5964. USDA y el estado de Oregón son proveedores y empleadores que dan oportunidad de igualdad a todos.



## UCAN Head Start

511 W. Umpqua Roseburg, OR 97471  
 (541) 673-6306 / 800-320-6306  
 Fax: (541) 673-3236  
[www.ucan.org/\\_pages/programs/headstart.php](http://www.ucan.org/_pages/programs/headstart.php)

NON PROFIT  
 ORG  
 US POSTAGE  
 PAID  
 ROSEBURG OR  
 PERMIT # 11



# Educación para los padres

**Para los padres con niños desde su nacimiento hasta los 9 años**

Reciben soporte y hacen amistades con otros padres mientras exploran los temas del desarrollo, sentimientos y comportamiento de los niños para un mejor entendimiento de sus hijos y obtener confianza como padres.

**Hacer que Siendo Padres sea un Placer**      **Siendo Padres Cariñosos**

1/10 -3/13, martes 6-8 pm      Escuela Elementaría Glide  
 Escuela Brockway      ~~~~~

~~~~~      1/12-3/13, Martes 6-8 pm  
 1/11-3/14 Miercoles 6-8 pm      Escuela Intermedia  
 Escuela Elementaria. Yoncalla      Sutherlin W

**Hacer que siendo Padres sea un Placer**

1/13 - 3/14, Miercoles-6-8 pm  
 Escuela Elementaría Winchester.

~~~~~  
 1/12-3/15, Jueves 6-8 pm  
 Reedsport Family Resource Center

Presentado por DCEPC en cooperación con Fundación Comunitaria de Oregon, Fundación Mercy, Distrito escolar de South Umpqua, Distrito Escolar de Roseburg, Douglas ESD, y Umpqua Community College.

**Las clases son ofrecidas gratis y el espacio es limitado !** Por favor llamar a la oficina de registración de UCC al 541-440-7744 para registrar estas clases. Hay cuidado de niños cuando es requerido.