

## Handwashing

**Effective handwashing is the best way to keep healthy and stop the spread of germs.**



**Fight germs with clean hands.  
Luche contra los germenes con manos limpias**



Handwashing should be done frequently throughout the day especially before you eat or drink, serve food, clean a cut/scrape/burn/blister/or any break in the skin and after going to the bathroom, cough/sneeze/blow your nose, and touch an animal.

## Flu

Influenza “flu” is a contagious disease that is caused by influenza viruses. Flu viruses spread mainly by droplets made when people with the flu cough, sneeze, or talk. These droplets can land in the mouths or noses of people who are nearby. Flu season is usually between the months of October through May.

Anyone can get the flu. Symptoms of the flu can include fever, cough, sore throat, runny or stuffy nose, body aches, headaches, chills, fatigue and sometimes vomiting and diarrhea (more common in children than adults).

Everyday preventative actions help prevent the

spread of germs that cause illnesses like the flu. Some everyday preventative actions include:

- 1) staying away from people that are sick
- 2) keeping your sick child home for at least 24 hours after fever is gone except to get medical care. Fever should be gone without the use of fever reducing medications
- 3) covering your mouth and nose with a tissue/sleeve when you cough/sneeze and not with your hand
- 4) wash hands often with soap and water or alcohol-based sanitizer if soap and water are not available
- 5) avoid touching your eyes, nose, and mouth to prevent the spread
- 6) clean and disinfect hard surfaces and objects that may be contaminated with germs

## Lavarse las manos

**Lavarse las manos efectivamente es la mejor manera de mantenernos saludables y prevenir la propagacion de germenos.**

Debemos lavarnos las manos frecuentemente durante el día especialmente antes de comer or beber, server alimentos, limpiar una cortada/raspon/quemadura/o cualquier herida donde hay una rotura de la piel y despues de ir al bano, tocer/destornudar/soplar la nariz, y tambien despues de jugar/tocar animales.

## Flu

La Influenza “flu” es una enfermedad contagiosa causada por virus de influenza. Los virus de influenza se deraman primordialmente por pequeñas gotas que se forman cuando alguien con el flu toce, destornuda, or habla. Estas pequeñas gotitas pueden caer en la boca or nariz de personas que estan cerca. La temporada de flu es usualmente desde Octubre hasta Mayo.

Cualquier persona se puede enfermar con el flu. **Simptomas** incluyen fiebre, tos, dolor de garganta, congestion nasal o nariz que moquea, dolores de cuerpo, dolor de cabeza, escalofrio, fatiga y a veces vomito y diarrhea (mas comun en niños(as) que adultos).

Aciones de todos los dias pueden prevenir la

propagacion de germenos que causan enfermedades como el flu. Estas aciones incluyen:

- 1) mantenerse alejado de personas enfermas
- 2) dejando a su hijo(a) enfermo en casa por lo menos 24 horas despues de resolverse la fiebre, excepto para consultar ayuda medica. La fiebre debe resolverse sin la ayuda de medicamentos
- 3) cubrase la boca y la nariz con una toallay/manga de ropa despues de tocer/destornudar y no con las manos
- 4) lavese las manos frecuentemente con jabón y agua or limpiador a base de alcol si no hay jabón y agua
- 5) evite tocarse los ojos, nariz, y boca para no propagar germenos
- 6) limpiar y desinfectar superficies duras y objetos que pueden estar contaminados con germenos



# Welcome



## Contents

Welcome	
Immunizations/Vacunas	1
Health Conditions/ Condiciones Medicas	2
Medications/Medicinas	3
Safety/Precauciones	4
Lice/Piojos	5

I would like to extend a warm welcome to you from our Lantrip family for the 2019-2020 school year. Please feel free to reach out to me with any questions.

The months of August and September, I will be focusing on several key necessities to get the year started.

- 1) Immunizations - As per Texas Law, immunizations must be current for children to attend school.
- 2) Health Conditions - Please notify the school nurse immediately of any medical conditions your child has.
- 3) Medications - Please, notify the school nurse to get the required forms in order to administer medications at school.
- 4) Safety - Safety is our number one priority.
- 5) Lice - Routine classroom checks for lice will **not** be conducted. Students will be checked on an individual basis as noted by the teacher.

**Asthma**- Any student with a diagnosis of Asthma must have an HISD Asthma Action Plan on file and medication available. Ask the school nurse for the Asthma Action Plan.

**Food Allergy** - Any student with a diagnosed food allergy must have a Food Allergy Action Plan on file and medication available. Ask the school nurse for the appropriate paperwork.

**Phone Numbers** - It is extremely important that the nurse be able to contact you in the case of an emergency. Please provide updated, working phone numbers.

# Bienvenidos

Quisiera darles la bienvenida a cada uno de ustedes de parte de nuestra familia Lantrip para el año escolar 2019-2020. Favor de llamar con cualquier pregunta.

Los meses de Agosto y Septiembre, me enfocare en varias necesidades claves para empezar el año escolar.

- 1) Vacunas - Por ley de Tejas, los estudiantes necesitan estar al corriente de las vacunas para entrar a la escuela.
- 2) Condiciones Medicas -Favor de notificar a la enfermera inmediatamente si su hijo(a) tiene una condicion medica.
- 3) Medicinas - Si su hijo(a) va a necesitar medicina en la escuela, notifique a la enfermera para que le de las formas necesarias.
- 4) Precauciones - La salud y bienestar de su hijo/a es nuestra mayor prioridad.
- 5) Piojos- Revisiones de piojos al salon entero **no** seran conducidos. Se revisara el estudiante de manera individual segun las recomendaciones de la maestro(o).

## Remember

## Recordatorio

- ◆ Child must be fever-free for 24 hours to return to school.
- ◆ El estudiante necesita estar libre de fiebre por 24 horas para regresar a la escuela.

**Asma** - Estudiantes diagnosticados con Asthma deben tener la forma Plan de Accion de Asma de HISD archivado en la clinica. Preguntele a la enfermera por la forma.

**Alergia a la comida** - Estudiantes con algun tipo de alegria a la comida deben tener la forma Plan de Accion para una Alergia a la comida. Preguntar a la enfermera por las formas.

**Numeros Telefonicos** - Es sumamente importante que la enferma pueda localizer a los padres en caso de emergencia. Favor de proveer numeros actualizados.