



May 2023

## Are you Ready?

Natural disasters can and do happen. They are sudden and usually unexpected. Floods, earthquakes, blizzards, power outages, wildfires....

- ★ Are you ready? ★ Do you have a plan? ★ Have you practiced that plan? ★ Do your kids practice it?
- ★ Are your parents aware of it? ★ Where will they be able to retrieve their children afterwards?
- ★ Do they have a safe word in case someone they don't know must retrieve them?

So many things to plan and prepare for—but preparation is strength and peace of mind.

Things to help you be prepared:

- ◆ A complete and easily accessed first aid kit. Is yours up to date? Is it complete?
- ◆ A written exit plan from your home if your main entry is blocked/inaccessible. Can the children access it? Practice!
- ◆ A “Go-Bag” with diapers, clothing changes, shelf-stable food items and water. Pack toys and games that are easy to transport, small and durable. Is it in an easy to get to place in case of a fire or earthquake?
- ◆ A phone list of important numbers like poison control, the parent’s numbers, etc. posted where they are easily visible. Include your own address and phone number, since it is easy to forget these things when there is panic and chaos.
- ◆ Have a designated “meeting place” in case family members get separated when leaving the building.
- ◆ Designate one family member or friend that lives in another city or state as your “contact person”. Once things are stabilized call that person and let them know your situation, have all of your friends and family members from outside the area call that person since phone systems may be down or tied up with emergency care.

Here are websites with games and ideas to help kids be emergency prepared!

<https://www.ready.gov/kids/be-ready-kids>

<https://www.redcross.org>

<https://www.savethechildren.org>



## EMERGENCY IMPORTANT PHONE NUMBERS

**EMERGENCY: Police | Fire | Ambulance CALL 911**

POLICE (Non-Emergency): \_\_\_\_\_

FIRE (Non-Emergency): \_\_\_\_\_

POISON CONTROL: \_\_\_\_\_

DOCTOR: \_\_\_\_\_

DENTIST: \_\_\_\_\_

PEDIATRICIAN: \_\_\_\_\_

PHARMACY: \_\_\_\_\_

VETERINARIAN: \_\_\_\_\_

EMERGENCY VET: \_\_\_\_\_

GAS COMPANY: \_\_\_\_\_

ELECTRIC COMPANY: \_\_\_\_\_

WATER COMPANY: \_\_\_\_\_

OUR ADDRESS: \_\_\_\_\_

HOME PHONE #: \_\_\_\_\_

CELL PHONE #1: \_\_\_\_\_

CELL PHONE #2: \_\_\_\_\_

EMERGENCY CONTACT PERSON #1 NAME & PHONE: \_\_\_\_\_

EMERGENCY CONTACT PERSON #2 NAME & PHONE: \_\_\_\_\_

OTHER IMPORTANT INFORMATION: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

TLC Safety By Design®



TLCSafetyByDesign.com

### May dates to take note of...

**1-3rd**—Submit your April claim now!

**14th**—*Mother's Day*

**23rd**—Newsletters sent out (check your email)

**24th**—Staff meeting 1—3 PM (office closed)

**25th**—Last day to preauthorized Memorial Day

**29th**—*Memorial Day* (office closed) Preauthorize to claim

**30th**—*Final day to accept new enrollments for May*

\*Call before coming to the office, it's staffed for limited hours only 801-955-6234.

Please continue to sign ALL children in & out daily, including your own kids.

### Tuscan Grill Cheese Sandwich

1 oz butter

¼ tsp garlic powder

¼ tsp dried basil

¼ tsp dried oregano

12 slices whole grain bread

7oz or 7—1 oz slices mozzarella cheese

8 oz fresh baby spinach leaves

4 med fresh tomatoes, sliced

Preheat oven to 400°F. Melt butter, add garlic, basil and oregano, stir, set aside. Spray a baking sheet with non-stick spray. Place 6 bread slices on baking sheet. Place 1 oz cheese slice on each bread slice. Place spinach leaves on top of cheese. Place 2 slices of tomatoes on top of the spinach. Place a slice of bread on top of each sandwich. Brush the top of each sandwich with butter mixture. Bake until golden brown (10-15 min).



Mayo 2023

## Esta lista?

Los desastres naturales pueden ocurrir y ocurren. Son repentinos y generalmente inesperados. Inundaciones, terremotos, ventiscas, cortes de energía, incendios forestales....

- ★ Está lista?      ★ Tiene un plan?      ★ Ha practicado ese plan?      ★ Sus hijos lo practican?
- ★ Los padres lo saben?      ★ Donde podrán recoger a sus hijos después de lo sucedido?
- ★ Tienen una palabra clave en caso de que alguien que no conocen quiera recuperarlos?

Tantas cosas para planificar y prepararse, pero la preparación es la fortaleza y tranquilidad.

Cosas que le ayudarán a estar preparado:

- ◆ Un botiquín de Primeros auxilios de fácil acceso. Está al día? Está completo?
- ◆ Un plan de salida por escrito de su casa si su entrada principal está bloqueada o no es de fácil acceso. Tiene acceso a los niños? Practique
- ◆ Una "bolsa de emergencia" con pañales, cambios de ropa, alimentos no perecederos y agua. Empaque juguetes y juegos que sean fáciles de transportar, que sean pequeños y duraderos. Está en un lugar de fácil acceso en caso de incendio o terremoto?
- ◆ Una lista de teléfonos de números importantes como el control de envenenamiento, los números de los padres, colocados en un lugar que sean fácilmente visibles. Incluya su propia dirección y número de teléfono, ya que es fácil olvidar estas cosas cuando hay pánico y caos.
- ◆ Tenga un "lugar de reunión" designado en caso de que los miembros de la familia se separen al salir del edificio.
- ◆ Designe a un familiar o amigo que viva en otra ciudad o estado "persona de contacto" Una vez que las cosas estén estabilizadas, llame a esa persona e infórmele su situación, haga que todos sus amigos y familiares de fuera del área, ya que los sistemas telefónicos pueden estar caídos u ocupados con la atención de emergencia.

**Aquí están los sitios WEB con los juegos e ideas para los niños para ayudarlos a preparar en caso de emergencia!**

<https://www.ready.gov/kids/be-ready-kids>

<https://www.redcross.org>

<https://www.savethechildren.org>



## EMERGENCY IMPORTANT PHONE NUMBERS

**EMERGENCY: Police | Fire | Ambulance CALL 911**

POLICE (Non-Emergency): \_\_\_\_\_  
FIRE (Non-Emergency): \_\_\_\_\_  
POISON CONTROL: \_\_\_\_\_  
DOCTOR: \_\_\_\_\_  
DENTIST: \_\_\_\_\_  
PEDIATRICIAN: \_\_\_\_\_  
PHARMACY: \_\_\_\_\_  
VETERINARIAN: \_\_\_\_\_  
EMERGENCY VET: \_\_\_\_\_  
GAS COMPANY: \_\_\_\_\_  
ELECTRIC COMPANY: \_\_\_\_\_  
WATER COMPANY: \_\_\_\_\_  
  
OUR ADDRESS: \_\_\_\_\_  
HOME PHONE #: \_\_\_\_\_  
CELL PHONE #1: \_\_\_\_\_  
CELL PHONE #2: \_\_\_\_\_  
  
EMERGENCY CONTACT PERSON #1 NAME & PHONE: \_\_\_\_\_  
EMERGENCY CONTACT PERSON #2 NAME & PHONE: \_\_\_\_\_  
  
OTHER IMPORTANT INFORMATION: \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

TLC Safety By Design®



TLCSafetyByDesign.com

### Fechas para tener en cuenta en Mayo...

- 1-3—Envíe su reclamo de Abril ahora!
- 14—Día de la Madre
- 23—Carta de Noticias enviada (revise su correo)
- 24—Reunión Personal 1—3 PM (oficina cerrada)
- 25—Ultimo día para pre-autorizar Memorial Day
- 29—**Memorial Day** (oficina cerrada) Preautorizar para reclamar
- 30—Día final para aceptar registros de Mayo
- \*Llamar antes de ir a la oficina, únicamente horas limitadas 801-955-6234.
- Continúe firmando la hoja de entrada/salidas **TODOS LOS DIAS**. Incluyendo sus propios niños..

### Sandwich de queso toscano a la parrilla

- |                               |  |
|-------------------------------|--|
| 1 oz mantequilla              | 7oz o 7—1 oz rebanadas de queso mozzarella |
| ¼ cucharadita de ajo en polvo | 8 oz hojas de espinaca fresca              |
| ¼ cucharadita de albahaca     | 4 tomates medianos en rodaja               |
| ¼ cucharadita de orégano      |  |
| 12 rebanadas de pan integral  |  |

Pre caliente el horno a 400°F. Derrita la mantequilla, agregue el ajo, albahaca y orégano, revuelva y póngalo al lado. Rocíe una bandeja para hornear con spray antiadherente. Coloque 6 rebanadas de pan en la bandeja para hornear. Coloque una rebanada de queso de 1 oz en cada rebanada de pan. Coloque las hojas de espinaca encima del queso. Coloque 2 rodajas de tomate encima de las hojas. Coloque una rebanada de pan encima de cada sandwich. Con una brocha cepille la parte de arriba de cada sandwich con la mezcla de la mantequilla. Horneé (10-15 min). Hasta que esté dorado.