

Food and Nutrition

JAN 24 2012

Children are growing and developing bones, teeth, muscles. They require nutritious food in order to grow and flourish. Eating habits are established early in childhood. It is important that these are GOOD HABITS! Parents and older siblings are significant models for young children as they learn and imitate the individuals in their immediate environment. In order for your child to learn as best as he or she can each day, your child requires a nutritious, well-balanced diet. Please make every effort to feed your child a nutritious breakfast each day before school if they do not eat breakfast with us.

If you do not purchase school meals, please send your child to school each day with:

- A healthy, adequate lunch
- A healthy, non-perishable drink.
- A healthy, adequate afternoon snack

<i>Suggested Snacks</i>	A bag of baby carrots or other raw vegetable sticks Cheese and crackers A piece of fruit (orange, apple) Dried fruit and nuts Yogurt
<i>Suggested Lunch Items</i>	Leftovers from dinner Sandwich Piece of fruit Bag of pretzels Granola Bar Soup in a thermos
<i>Suggested Drink</i>	Water bottle 100% Fruit Juice

DO NOT SEND:

Junk food, fast food or items that are high in fat or sugar. Items such as these may be confiscated by school staff if found. (A replacement beverage or snack will be provided to the student) Examples include:

- Carbonated Soda or punch
- Candy
- Gum
- McDonald's (or other fast food)
- Twinkies
- Cheetos/Hot Cheetos

SEND YOUR CHILD WITH ONLY A HEALTHY LUNCH AND A SNACK.



Comida y Nutrición

Los niños cultivan y desarrollan huesos, dientes, músculos. Ellos requieren el alimento nutritivo a fin de crecer y prosperar. Los hábitos alimenticios son establecidos temprano en la infancia. ¡Es importante que éstos sean HÁBITOS BUENOS! Los padres y los hermanos más mayores son modelos significativos para los hermanos menores, ellos aprenden e imitan a los individuos en su ambiente inmediato. Para que su niño aprenda mejor cada día, su niño requiere una dieta nutritiva, bien balanceada. Por favor haga todo lo posible para alimentar a su niño con un desayuno nutritivo cada día antes de mandarlos a la escuela, si ellos no comen el desayuno con nosotros.

Si usted no compra lonche en la escuela, por favor mande cada día con su niño/a con:

- Un saludable y adecuado lonche.
- Una bebida saludable que no se eche a perder.

Sugerencia de Bocadillos

Bolsita de zanahorias chiquitas
Queso y galletas
Un pedazo de fruta (naranja, manzana)
Fruta seca y nueces

Sugerencia para Lonche

Sobras de cena
Sándwich
Piezas de fruta
Bolsa de galletas saladas (pretzels)
Barra de granola

Sugerencia de Bebidas

Sopa en termo
Botella de agua
Jugo de Fruta (no imitación)
o comprar leche en la escuela

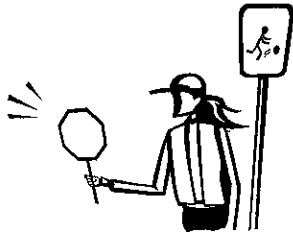
NO ENVIE:

Comida chatarra, comida rápida o alimentos altos en azúcar o grasas. Estos artículos pueden ser confiscados por el personal escolar de ser encontrados. (Una bebida de reemplazo o un bocadillo serán proporcionado al estudiante) ejemplo:

- Bebida carbonatada o ponche (sodas, refrescos etc.)
- Dulces
- Chicle
- McDonald's (u otra comida rápida)
- Panquecillos (twinkies)
- Cheetos o hot cheetos (picosos)

ENVIE A SU HIJO CADA DIA SOLAMENTE CON UN NUTRITIVO BOCADILLO Y LONCHE



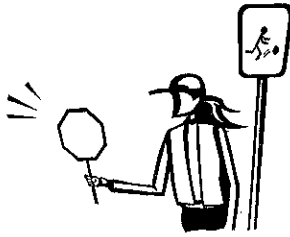


VOICES SAFETY RULES

Our number one priority at Voices is student safety. However, **we count on you** to accomplish this! Most parents respect the rules and laws, but unfortunately we still have a few parents that insist on putting convenience above safety. We respectfully ask you to abide by the following school rules and traffic laws as outlined in the Department of Motor Vehicles, California Driver Handbook-2009.

1. Do not make a U-turn or drive into a neighbor's driveway to turn in the middle of the street. Two solid yellow lines mean no passing. Never drive to the left of these lines.
2. Do not allow children to cross the street alone or between cars. (Do not stop in the street and let children out.)
3. The white zone is a Designated Passenger Loading Zone. You may not get out of your car to walk your child in and leave your car unattended. You may stop only long enough to pick up or drop off passengers. If you need to stay in your car for more than a few seconds, you should find a safe place to park and walk.
4. Voices staff and volunteers monitor traffic on Sacramento Ave in front of the school entrance on a daily basis. Volunteers will be wearing a traffic vest. You may let your children out of the car at the white zone and they will direct children into the school.
5. The speed limit within 500 feet of a school, is 25mph.
6. There is NO PARKING in the Hellyer teacher parking lot! You will be asked to move your car if you park here. You may use the street or the parking lot to the left, in front of the field.

Thank you for taking these rules seriously and being respectful of our staff and volunteers on Sacramento St.



REGLAS de SEGURIDAD de VOICES

Una prioridad en Voices es la seguridad de los estudiantes. ¡Sin embargo, **nosotros contamos con ustedes** para poder lograr esto! La mayoría de los padres respetan las reglas y las leyes, pero desafortunadamente nosotros todavía tenemos a unos pocos padres que insisten a poner la conveniencia encima de la seguridad. Pedimos respetuosamente que usted respete las reglas siguientes de la escuela y leyes de tráfico tal como son planteadas en el Manual de Conductor 2011 de California, del Departamento de Vehículos Motorizados.

1. No haga un GIRO COMPLETO ni maneje en la cochera de un vecino para girar en medio de la calle. Dos líneas amarillas sólidas significan no pasar. Nunca maneje a la izquierda de estas líneas.
2. No permita a su hijo(a) cruzar la calle solo(a), ni entre medio de coches. (No pare en medio de la calle.)
3. La zona blanca es solamente para cargar o descargar pasajeros y el conductor debe mantenerse en su vehículo en todo momento. Si usted necesita quedarse en su coche más de unos pocos segundos, usted debe encontrar un lugar seguro para estacionarse.
4. Nuestro personal y voluntarios están afuera para controlar tráfico en la calle Sacramento Ave en frente de la entrada de la escuela diariamente. Los voluntarios estarán usando un chaleco de tráfico. Usted puede dejar salir a su hijo(a) del coche en la zona blanca y ellos dirigirán a los estudiantes a la escuela.
5. El límite de velocidad a 500 pies de una escuela, es 25 mph.
6. ¡No hay ESTACIONAMIENTO en la sección del estacionamiento asignada para los maestros de la escuela Hellyer! Si usted estaciona su coche en esta área pedirán mover su vehículo. Usted puede utilizar la calle o el estacionamiento a la izquierda, frente al campo.

Gracias por tomar estas reglas seriamente y por respetar nuestro personal y voluntarios que supervisan la calle Sacramento.

Dress Code

JAN 24 2012

We believe that students should focus their energy and attention upon their academic development and not on style or the clothes of their peers. Dress code is important to school pride and safety because students in uniform are easily recognized to all school staff. The VOICES dress code is simple:

SHOES : ALL GRADES	Rubber bottom, flat soled shoes with covered toes
KINDERGARTEN AND 1 st GRADE	VOICES Shirt: Gold Polo-style shirt with VOICES logo
2 nd and 3 rd Grade <i>(purple only starting 2012/2013)</i>	VOICES Shirt: Light Blue Polo-Style Shirt with VOICES logo
4th and 5th Grade	VOICES Shirt: Maroon Polo-Style Shirt with VOICES logo
BOTTOM: ALL GRADES	Khaki or tan (cotton twill) Pants, Shorts, skirt, or jumper with Belt

- All other clothing items (jackets, sweaters, etc) are not to have any words or decorations other than school logo
- The uniform must be worn throughout the school day
- Students are to enter and leave the school in uniform
- Changing clothes at school, unless for a school sponsored activity, is not allowed
- No hats (except for sun protection), sweats, or jeans.
- A student's hairstyle, clothing, jewelry and makeup should not distract others from learning
- LABEL all children clothing, books bags and lunch boxes with your child's name and class using a permanent marker. This will help the school to return any lost items.

Uniforms must be kept neat and clean at all times and must fit appropriately. Specific requirements are listed below:

- Pants must be appropriate size
- Belt must be worn if pants have belt loops (2nd-8th grade)
- Skirts and shorts must not be shorter than four inches above the knee.
- Pants must be worn at the waist.
- Shirts must fit appropriately--neither too small nor too big.
- In the event of cold weather, students may wear a jacket, sweatshirt, cardigan, or sweater over their collared shirt.
- **Shirts must be tucked in.**

Out of Uniform Notices

Parents will receive an "Out of Uniform" notice if a child does not adhere to the uniform policy. The notice should be returned to the school with the parent's signature the next school day. On the second "Out of Uniform" notice in one school year, a School representative will initiate a telephone conference with the parent. The goal of the conference will be to problem-solve the family's issue of complying with the uniform policy

Uniform policy will be strictly enforced.

Póliza del Código de Vestimenta

Creemos que todos los estudiantes deben enfocar toda su energía y atenciones a incrementar su nivel académico y no en poner su atención en como visten los demás. Además, el código del vestido es importante enseñar orgullo y seguridad porque fomenta un sentido de pertenecer y reconocen a los estudiantes en uniforme fácilmente a todo el personal de la escuela. El código de vestimenta en VOICES es muy simple:

KINDERGARTEN y 1st GRADO	Camisas de VOICES: Playera estilo Polo color dorado
Segundo y Tercer GRADO (solo polo color marrón comenzando 2012-2013)	Camisas de VOICES: Playera estilo Polo color azul claro
4to y 5to GRADO	Camisas de VOICES: Playera estilo Polo color marrón
ABAJO – Todos los estudiantes	Pantalón o Pantalón corto de algodón color caqui o beige (tan) y cinturón
Todos los estudiantes: ZAPATOS	Suela de Goma, sin tacón y con el pie cubierto

- Todos los demás artículos (chamarras, suéter, etc.) no deberán tener palabras o decoraciones, a menos que sea el logotipo de la escuela.
- El uniforme debe ser portado todo el año escolar.
- No se permitirá a los estudiantes entrar o salir de la escuela sin el uniforme.
- No se permitirá cambiarse de ropa en la escuela, a menos que sea para alguna actividad permitida por la escuela.
- No sombreros, gorras, cachuchas (solo para protección solar), no ropa deportiva o pantalones de mezclilla.
- Todos los estilos de cabello, ropa, joyas y maquillajes no deberán distraer a los demás estudiantes.
- Todos los artículos personales deberán estar debidamente marcador permanente con su nombre, esto ayudara a recuperarlos en caso de que se pierdan dentro de la escuela.

Los uniformes deben usarse apropiadamente, ordenados y limpios siempre. Las exigencias se especifican en una lista abajo:

- Los pantalones deben ser de talla apropiada.
- Deben usar cinturón si el pantalón tiene presillas. (2do-8vo grado)
- Los shorts y faldas no deben tener mas de cuatro pulgadas arriba de la rodilla.
- Las camisas o polos deben ser tallas exactas, no chicas, ni grandes.
- Durante el clima frío, los estudiantes pueden vestir sudaderas, suéter arriba de sus camisas o polos con los cuellos por fuera.
- Las camisas deberán ser fajadas/metidas dentro de su pantalones.

Sin Uniforme

Los padres recibirán un aviso si el uniforme de su niño no se adhiere a la póliza del uso del uniforme. El aviso debería ser devuelto a la escuela con la firma del padre al día escolar siguiente.

Si usted recibe un segundo aviso en el año escolar por no usar el uniforme, un representante de la Escuela iniciara una conferencia telefónica con el padre. La meta de esta conferencia es de resolver el problema en cuestión que la familia tenga con relación con la póliza del uniforme.

La política de uniforme será impuesta estrictamente.