

# MCHA NOTICIAS

Regreso a la Escuela | Ven a Celebrar | CDC



**Por el Amor a la Lectura,  
Dolly está regalando libros sin  
costo alguno a los niños.**

[imaginationlibrary.com](http://imaginationlibrary.com)

## Contacta aquí en MCHA.

Cuando tengas recertificación,  
preguntas generales, o necesites  
enviar una orden de trabajo,  
contacta a un administrador de  
casos a continuación:

Administradora de casos:

Sammy Hadaller

[shadaller@mchaor.org](mailto:shadaller@mchaor.org)

503.798.4178 Numero directo

Administrador de casos sénior:

Gaby Garibay

[GGaribay@mchaor.org](mailto:GGaribay@mchaor.org)

503.798.4185 Numero directo

Gerente de la propiedad:

Alice Garcia

[ARGarcia@mchaor.org](mailto:ARGarcia@mchaor.org)

503.798.4170 Oficina



2645 Portland Rd NE STE 200  
Salem OR 97301



La escuela ha vuelto a empezar, y eso significa nuevas rutinas para muchas familias. A medida que los estudiantes se ajustan a sus horarios, por favor ten en cuenta el uso de las áreas comunes en nuestras comunidades. Los niños se están acostando más temprano para poder descansar lo suficiente para sus días escolares.

Esta es también una gran oportunidad para aprovechar el programa de Provisión de Elegibilidad Comunitaria (CEP). Todas las escuelas en el área están participando, lo que significa que

### COMIDAS GRATIS

PARA TODOS LOS  
ESTUDIANTES



cada estudiante puede recibir desayuno y almuerzo gratis sin necesidad de solicitarlo. Este programa asegura que todos los niños estén bien alimentados y listos para aprender.

A medida que hacemos la transición al otoño, enfoquémonos en mantenernos saludables con la temporada de gripe acercándose y el COVID-19 aún presente. Mantenerse al día con las vacunas, practicar buena higiene y quedarse en casa cuando se sienta mal son maneras simples pero efectivas de protegernos a nosotros mismos y a los demás.

Mantente conectado con tu proveedor de atención médica y recursos locales para obtener las últimas actualizaciones de salud y apoyo. ¡Juntos, mantengámonos saludables y aprovechemos al máximo la temporada que viene!



**Límites de Velocidad:** La mayoría de las zonas escolares tienen un límite de velocidad reducido, generalmente entre 15 y 25 mph, durante horas específicas cuando los niños están llegando o saliendo de la escuela.

**No Adelantar:** En muchas zonas escolares, adelantar a otros vehículos está prohibido para reducir el riesgo de accidentes.



## Protégete Este Otoño

**¡Obtén tus Vacunas contra el COVID-19 y la Gripe!**

El CDC recomienda que todas las personas de 6 meses de edad en adelante, especialmente aquellas de 65 años o más, se pongan las vacunas actualizadas de COVID-19 y gripe para la temporada 2024-2025 para protegerse contra enfermedades graves este otoño e invierno. La mayoría de las personas necesitan solo una dosis de la vacuna contra la gripe cada temporada. Septiembre y octubre son los mejores meses para vacunarse.

La mayoría de los planes de seguro cubren el costo de las vacunas contra la gripe y el COVID-19 en las farmacias locales.

“Nuestra principal recomendación para protegerte a ti y a tus seres queridos de enfermedades respiratorias es vacunarse,” dice la Directora del CDC, Dra. Mandy.”



## Equinoccio de Otoño

El Equinoccio de Otoño ocurre típicamente alrededor del 22 o 23 de septiembre en el hemisferio norte. Esto marca el comienzo del otoño, donde el día y la noche tienen casi la misma duración. Es un momento de festivales de cosecha y celebración del cambio de estaciones en muchas culturas. festivals and celebrating the change of seasons across many cultures!

### Zona Escolar de Baja Velocidad - Página 1

**Multas:** Las multas por infracciones de tráfico, como exceder la velocidad o no ceder el paso a los peatones en un cruce, a menudo se duplican en zonas escolares.

#### Consejos de Seguridad para Conductores:

**Mantente Alerta:** Observa a los niños cruzando la calle, especialmente cerca de los pasos de peatones y las entradas de las escuelas. Los niños no siempre son conscientes de las reglas de tráfico.

**Sigue a los Guardias de Cruce:** Siempre obedece las señales de los guardias de cruce y detente cuando te lo indiquen.

**No Usar Teléfonos Celulares:** Evita usar tu teléfono u otras distracciones mientras conduces en una zona escolar.

**Ten Paciencia:** Espera retrasos durante las horas de inicio y fin de la escuela, y da tiempo extra para tu viaje.



## Programa de Alimentos para Personas Mayores

### Recibe una Caja de Alimentos Gratis Cada Mes

El Programa de Alimentos para Personas Mayores, también conocido como el Programa Suplementario de Alimentos Básicos (CSFP), trabaja para mejorar la salud de las personas mayores de bajos ingresos al complementar sus dietas con alimentos nutritivos del USDA.

Este programa está disponible para personas mayores de 60 años y con ingresos limitados.

Si tú o alguien que conoces está interesado en recibir una caja de alimentos para personas mayores, por favor solicita hoy.

Por favor contacta a Marion Polk Food Share Meals on Wheels si tienes preguntas al 503-364-2856 o [info@foodsharemealsonwheels.org](mailto:info@foodsharemealsonwheels.org).

**WOODBURN**  
Incorporated 1889

## Ven a celebrar

El Mes De La Herencia Hispana, Latina e Indígena 2024

SÁBADO 14 DE SEPTIEMBRE

DE 2 A 6 DE LA TARDE

PLAZA DEL CENTRO | WOODBURN

---

Ven a disfrutar de una feria de recursos, música en vivo, comida, bailes tradicionales, artesanía y mucho más.

Consulta el código QR para saber cómo llegar a la Plaza del centro de Woodburn

