

SuSalud NEWSLETTER

Agosto, 2017

Saludos!

Quiero darles la bienvenida hoy invitándolos a unirse a nosotros en un maravilloso evento que se realizara para ayudar a nuestra comunidad y en especial a nuestros niños en la preparación de sus útiles escolares para un feliz regreso a clases.

Nuestro ambiente orientado hacia la familia, posee un amigable y profesional equipo de trabajadores quienes ofrecen a la comunidad un excelente cuidado médico.

Educar e informar constituyen una de nuestras metas fundamentales. Por eso, no deje de buscar información en nuestro boletín mensual, página de internet o mejor pase a visitar nuestro personal especializado en la Clínica.

Una vez más, reitero nuestro compromiso de seguir sirviendo a nuestra comunidad en mi nombre y el de la junta de Fideicomisarios, queremos que consideren la Clínica Peñalver como un recurso de medicina primaria para toda su familia.

Sinceramente,
Boris Alvarez
Director Ejecutivo

Junta de Fideicomisarios de La Clinica Peñalver

Mr. Eloy Villasuso
Chair de la Junta

Mr. Alfred Andrew, Esq
Vice-Chair

Mr. Armando Sancho-Rafi
Tesorero

Mr. Alberto Herrera, Phd
Secretario

Mrs. Natacha Seijas
Past-Chair

Hon. Luis C Morse
Chair- Emeritus and Founder

Mr. Elias Tacher, CPA
Mr. Jose Hernandez, CFP
Mrs. Monica Viguez Pitan, Esq
Mr. Fernando Arencibia Jr.

Director Ejecutivo
Boris Alvarez, MBA-HS

Back to School Event

Evento de Regreso a Clases
5 de Agosto - 9:00 am to 11:00 am



Consejos útiles para hacer del **regreso a clases** una actividad grata para toda la familia:

Aquí hay varios consejos útiles para ayudarlo a usted y a su hijo/a tener un buen regreso a la escuela y comenzar con una nota positiva.

1-**Hable con su hijo.** Mantener una Buena comunicación es muy importante.

2-**Visite la escuela.** Organice una visita a la escuela con sus hijos antes de que comiencen las clases para que sus hijos se sientan más cómodos al empezar una escuela nueva.

3-**Crear un sentido de integración.** Hacerlos sentir parte de las cosas es importante para los niños de todas las edades. Usted puede ayudar a proporcionar oportunidades a su hijo para hacer nuevos amigos.





4-**Nueva escuela?** Mantenga los viejos amigos también. Si su hijo está empezando en una nueva escuela, los padres pueden ayudar a reducir la brecha emocional entre hacer nuevos amigos y salir de un círculo familiar de amigos. Esto es particularmente importante para los niños de secundaria y preparatoria.

5-**Establecer una rutina ayuda a reducir la preocupación y el estrés.** Y es muy importante poner en práctica esta rutina al menos una semana antes de que comiencen las clases. Ayude a su hijo a conocer lo que se espera de él cada mañana antes de ir a clases.

6-**Asegúrese de que su hijo valla a dormir a tiempo y coma bien.** Estos dos factores por sí solos pueden afectar el desarrollo físico y emocional de un niño.

7-**Obtener informes periódicamente sobre el progreso escolar de su hijo.** Tómese el tiempo para contactar al maestro de su hijo, no sólo en el comienzo del año escolar, pero incluso después de algunas semanas o meses para ver cómo su hijo va progresando.

ACTIVIDADES PARA EL MES DE AGOSTO 2017

Sábado Agosto 5, 2017	 Chequeo de Colesterol y Presión Gratis Back to School Fair Clínica Peñalver 9:00 am- 11:00 am 971 NW 2 ND Street Miami, FL 33128
Miércoles Agosto 16, 2017	 Clases Educativas Clínica Peñalver 2:00 pm- 4:00 pm 971 NW 2 ND Street Miami, FL 33128
Viernes Agosto 25, 2017	 Clases Educativas Clínica Peñalver 2:00 pm- 4:00 pm 971 NW 2 ND Street Miami, FL 33128
Martes Agosto 23, 2017	 Chequeo de Colesterol y Presión Gratis Miami Dade Collage 9:00am-12:00pm 627 SW 27 Ave Miami, FL 33135

**PARA MAS INFORMACION:
Phone: 305-545-7737-Ext 6**

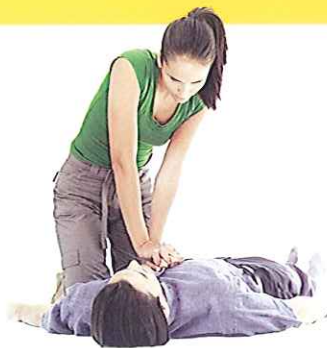
Muévete con Nosotros!

ZIKA

**Clases de
Ejercicios todos los
Lunes, Miércoles y Viernes
5:00PM - 6:00 PM
CENTRO DE ACTIVIDADES**

No deje que un intruso lo moleste y lo pique. Protéjase de las picadas de Mosquito!
Para más información visite www.miamidade.gov/mosquito o llame al 311

Usted puede
RESUCITAR
a una persona



1- LLAME AL **911**
2- PRESIONAR FUERTE Y RÁPIDO
EN EL CENTRO DEL PECHO.

Cuando una persona tiene un Ataque Cardíaco, su chance de sobrevivir depende de alguien que responda inmediatamente.

Para más información sobre temas de salud; ingrese a nuestra página web
www.drpenalverclinic.org
971 NW 2nd St. • Miami, Florida 33128 • Phone: 305-545-7737