

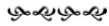
Tracy Youngberg, Ed.D.

Acting Superintendent



Patricia Garcia, Ph.D.

Superintendent



355 High Street, Unit B

Willimantic, CT 06226

Phone: (860) 465-2310

Fax: (860) 465-2311



**Every student, every day,
in every classroom!**

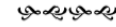
Lynne Ide
Chair of the Board of Education



Dr. Mary Gallucci
Vice Chair of the Board of Education



Dr. Jaime Gomez
Secretary of the Board of Education



windhamps.org

Dear families:

February 7, 2020

The peak of the cold and flu season is upon us. We know many families are being affected this winter and we want to help minimize spread of the flu among our students and school community.

To prevent widespread flu in our schools, *please keep your child home from school* if they are experiencing flu-like symptoms, such as fevers, headache, muscle aches, general tiredness, and cough. Below please find some facts about the flu. If you have further questions about whether your child has the flu, please contact your child's pediatrician or your school-based health center staff.

How do I know if my child has the flu or just a cold?

- The flu: more fevers, headache, muscle aches, general tiredness, cough.
- A cold: more runny nose, sneezing, sore throat.
- The biggest clue is how fast they started to feel sick – if it is slow, it's a cold; if it is sudden, it's the flu.



Facts about the flu:

What is the flu? Influenza (flu) is a contagious respiratory illness caused by influenza viruses. It can cause mild to severe illness affecting the nose, throat, and sometimes the lungs.

How does the flu spread? The flu spreads through tiny wet drops produced when a contagious person coughs, sneezes, or talks. A person without the flu can get sick by breathing in these wet drops.

When can a sick person make someone else sick? Infected people may be able to infect others the day before symptoms develop, and up to 7 or more days after becoming sick. People are MOST contagious during the first 3 days of illness.

How can I prevent the spread of the flu?

Get vaccinated against the flu. Even this late in the winter season it is not too late to benefit from the flu vaccine. Please contact your child's school nurse or pediatrician for more information.

Healthy habits will help prevent the spread of germs, including the flu virus.

- Wash hands often. The most important thing is how long you scrub them. Sing "Happy Birthday" to yourself TWICE while washing your hands to ensure they are clean!
- Stay home when sick. Do not allow your student to return to school until **24 hours** after they are fever-free without fever-reducing medicine, and/or the last episode of vomiting and diarrhea.
- Cover the mouth when coughing or sneezing – teach children the best practice of coughing or sneezing into your elbow.

Sincerely,

Tracy A. Youngberg, Ed.D.

Dr. Tracy Youngberg

Acting Superintendent of Schools



Tracy Youngberg, Ed.D.

Superintendente Provisional
ﷲﷲﷲ

Patricia García, Ph.D.

Superintendente
ﷲﷲﷲ

355 High Street, Unit B
Willimantic, CT 06226

Teléfono: (860) 465-2310

Fax: (860) 465-2311



*¡Cada estudiante, cada día,
en cada salón de clase!*

Lynne Ide
Presidente de la Junta de Educación
ﷲﷲﷲ

Dra. Mary Gallucci
Vicepresidenta de la Junta de Educación
ﷲﷲﷲ

Dr. Jaime Gomez
Secretario de la Junta de Educación
ﷲﷲﷲ
windhamps.org

Estimadas familias:

7 de Febrero del 2018

Ya está con nosotros y en su punto máximo la temporada del resfriado y la gripe/influenza (o “flu,” como dicen en inglés). Sabemos que muchas familias han sido afectadas este invierno y deseamos ayudar a minimizar la propagación de la gripe entre nuestros estudiantes y la comunidad escolar.

Para prevenir la propagación de la gripe en nuestras escuelas, *favor de mantener a su hijo en casa y ausente de la escuela* si está presentando síntomas de la gripe, como fiebre, dolor muscular y de cabeza, cansancio general, y tos. A continuación encontrara algunos datos sobre la gripe. Si tiene más preguntas sobre si su hijo tiene la gripe, le pedimos que contacte al pediatra de su hijo o el centro de salud de la escuela.

¿Cómo puedo saber si mi hijo tiene la gripe/influenza o un simple resfriado?

- Gripe: tiene más fiebre, dolores musculares y de cabeza, cansancio general, tos.
- Resfriado: mucha secreción nasal, estornudos, dolor de garganta.
- El indicio más grande es que tan rápido comienza uno a sentirse enfermo – si es lento, es un resfriado; si es de momento, es la gripe.



Datos sobre la gripe/influenza:

¿Qué es la gripe? La gripe es una enfermedad respiratoria contagiosa causada por el virus de influenza. Esta enfermedad puede afectarle levemente o severamente en la nariz, la garganta, y a veces, los pulmones.

¿Cómo se propaga la gripe? La gripe se propaga a través de gotitas húmedas cuando la persona contagiada tose, estornuda, o habla. Una persona que no tenga la gripe se puede contagiar con estas gotitas.

¿Cuándo puede una persona enferma contagiar a otra? Las personas infectadas pueden infectar a otras personas el día antes de que aparezcan los síntomas, y hasta 7 o más días después de enfermarse. Las personas son MÁS contagiosas durante los primeros 3 días de enfermedad.

¿Cómo puedo prevenir la propagación de la gripe/influenza?

Vacúnese contra la gripe. Incluso si estamos por terminar la temporada de invierno, no es muy tarde para recibir los beneficios que ofrece la vacuna contra la gripe. Por favor contacte a la enfermera de la escuela de su niño o al pediatra para más información.

Los hábitos saludables ayudarán a prevenir la propagación de gérmenes, incluyendo el virus de la gripe.

- Lávese las manos frecuentemente. Lo más importante es cuánto tiempo usted pasa lavándose las manos. Cante “Feliz Cumpleaños” dos veces mientras se lava las manos para asegurarse que estén bien limpias.
- Si está enfermo quédese en la casa. No permita que su hijo regrese a la escuela hasta después de **24 horas** sin fiebre sin medicamento para bajar la fiebre, y/o del último episodio de vómitos o diarrea.

Atentamente,

Tracy A. Youngberg, Ed.D.

Dra. Tracy Youngberg
Superintendente Escolar Provisional

