

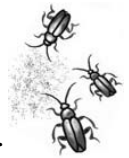
## No More Cockroaches!

The droppings of cockroaches can trigger asthma symptoms. Proteins in “cockroach dust” are the cause of much urban asthma.


**Integrated Pest Management (IPM)** is the best way to prevent and control cockroaches. The key is to keep your home clean and stop them from settling in. Seal shut all cracks and openings in walls. Eliminate all hiding places. Starve them by leaving no access to food or water.

Here are some more IPM tips.

- Store food in airtight containers.
- Clean all crumbs and spills right away.
- Keep the kitchen and bath free of clutter.
- Fix all plumbing leaks and moisture problems.
- Discard old boxes or newspapers right away.



Always try using gel baits, boric acid or traps first before using pesticide sprays!

Trigger of the Month: <i>Pesticides</i>	? <i>Question from a Parent</i> ?
<p>The pesticides that people spray to prevent pests are not toxic to only insects. They are poisons that can harm people too. Always use the safest method of pest management: boric acid, gel baits and sticky traps.</p> <p>If you must spray, limit the area to only the infested area. Do not spray in any area where food is prepared or stored. Do not spray where children crawl, play or sleep. Be sure there is a supply of fresh air. Keep people with asthma away until the air is clear. Of course, carefully read and follow all the instructions on the label.</p> 	<p>Do bedbugs affect asthma?</p> <p>There is no evidence that bedbug bites trigger asthma or allergies. But they can cause sleeplessness and stress, which can trigger asthma.</p> <p>Bedbugs live on furniture, luggage and clothing. To prevent bringing them home, never pick up discarded street furniture. When traveling leave luggage in the bathroom until you are sure the room is bug-free. If you were exposed to bedbugs wash and dry your clothes right away. Store them in a sealed plastic bag. Seal wall cracks to prevent bugs from coming in. An infestation will require a professional exterminator.</p>

## SCHOOL ANNOUNCEMENTS

NEXT PARENT ASSOCIATION MEETING:

## BRAINTEASER

Why put luggage in a hotel bathroom?

Bedbugs do not like hard, tile surfaces. They like to hide in the cracks and crevices of beds and upholstered furniture.

Next month: Smoke-free Living (March 2011)

## ¡No más cucarachas!

El excremento de las cucarachas puede provocar los síntomas de asma. Las proteínas en el “polvo de cucarachas” son la causa de mucha asma en lugares urbanos.


**Integrated Pest Management (IPM)** es el modo mejor de prevenir y controlar las cucarachas. Lo más importante es mantener el hogar limpio y prevenir que las cucarachas se queden en el hogar. Cierre todas grietas y aperturas en las paredes. Elimine todos lugares para esconder. Mátenlas por no dejarles comida ni agua.

Aquí son más consejos de IPM:

- Ponga la comida en recipientes bien cerrados.
- Limpie las migas y líquidos inmediatamente.
- Arregle todos escapes de agua y humedad.
- Mantenga la cocina y el baño libre de desorden.
- Tire las cajas y revistas viejas inmediatamente.



¡Siempre use los cebos, bórlica, o trampas adhesivas antes de usar pesticidas!

<p>Provocadores del mes: <i>Las pesticidas</i></p>	<p><i>¿ Pregunta de un padre ?</i></p>
<p>Las pesticidas que la gente usa para prevenir cucarachas no son tóxicas solamente para insectos. Son venenos que pueden dañar a las personas también. Siempre usan los modos más sanos para prevenir plagas: el bórico, los cebos, y trampas adhesivas.</p>  <p>Si necesitas usar pesticida, es mejor aplicarla con atomizador solamente al área plagado. No la aplique en un área donde hay comida preparada ni guardada. No la aplica donde los niños jueguen ni duermen. Circule nuevo aire. No permita que las personas con asma entren hasta que el aire está limpio. Por supuesto, lea bien y siga todas direcciones.</p>	<p>¿Afectan el asma los chinches?</p> <p>No hay prueba que las picaduras de chinches provocan el asma o las alergias. Pero pueden causar una falta de dormir y el estrés, que pueden provocar el asma.</p> <p>Los chinches viven en los muebles, el equipaje, y la ropa. Para prevenir los chinches, nunca traiga muebles de la calle en hogar. Durante un viaje, deje el equipaje en el baño hasta que sepa que el cuarto no tiene chinches. Si está expuesto a los chinches, lave y seque la ropa inmediatamente. Guárdela en un bolso de plástico. Cierre las grietas en las paredes. Una plaga requiere la ayuda de un exterminador profesional.</p>

## AVISOS DE LA ESCUELA

PRÓXIMO REUNIÓN DE LA ASOCIACIÓN DE PADRES:

## ROMPECABEZAS

¿Por qué es mejor poner el equipaje en el baño?

A los chinches, no les gustan las superficies duras, como baldosa. Les gustan mejor las grietas de camas y muebles.

Próximo mes: Vivir sin fumar (el marzo de 2011)

## 对抗蟑螂大作战

蟑螂的排泄物可引发哮喘. 排泄物中的蛋白质是很多城市地区哮喘病例的诱因.

综合害虫管理 (Integrated Pest Management, (IPM) 是防止和控制蟑螂最好的方法. 消灭蟑螂的关键在于保持屋内清洁, 阻止蟑螂侵入室内. 封闭墙壁上的各种缝隙, 孔洞. 去除任何可以让蟑螂躲藏的地方. 不要让蟑螂有任何接触到食物或水的机会.



以下是一些实用的小提示.

- 将食物储存在密封的容器里.
- 及时清理用餐后洒到桌面上的汁和食物残渣.
- 厨房和卫生间的物品要摆放整齐, 保持清洁
- 修理屋内各种水管漏洞, 改善室内潮湿问题.
- 立即扔掉家里全部的旧盒子和报纸.

除蟑螂有很多种方法. 当您决定用喷雾杀虫剂来灭蟑螂之前, 您可以先试着使用硼酸 (boric acid), 粘蟑纸 (sticky traps) 或灭蟑胶饵 (gel bait).

哮喘诱因：杀虫剂	? 家长的问题 ?
<p>喷雾杀虫剂不只对昆虫有害. 杀虫剂中的化学成品对人体也有害. 尽量使用最安全的害虫管理方法, 如硼酸 (boric acid), 粘蟑纸 (sticky traps) 或灭蟑胶饵 (gel bait) 等.</p> <p>如果您一定要使用喷雾杀虫剂, 把喷洒的范围限定在有蟑螂出没的地方. 避免将杀虫剂喷向烹煮食物和储存食物的地方. 不要将杀虫剂喷洒到孩童爬行, 玩耍和睡觉的地方. 喷时确定室内有足够的清新空气流通. 让哮喘患者先离开, 直到空气变清新为止. 读清楚写在产品标签上的用法说明, 按照说明指示去做.</p>	<p>床虱, 又称臭虫. 被臭虫叮咬后, 是否会引发哮喘? 现在还没有证据显示被臭虫叮咬后会引发哮喘. 但臭虫的存在会使你失眠与烦躁不安失眠与过多的压力会引发哮喘.</p> <p>臭虫通常藏在床垫中, 家具, 行李箱, 与衣服里. 为了防止将臭虫引到家里, 不要将别人丢弃在街上的家具捡回家. 出外旅行住旅馆时, 先将行李箱放在旅馆房间的卫生间里, 等确定你的房间没有臭虫之后, 再把行李箱放回房间里. 如果你有接触到臭虫, 立即清洗与烘干你的衣服. 将衣服储藏在密封的塑胶袋里. 封闭墙壁上的各种缝隙, 孔洞, 以阻止蟑螂侵入室内. 要彻底清除已经大举入侵房屋内的灭虫, 您必须聘请专业灭虫员灭虫.</p>



### 校方通告

- 老师家长会:
- 
- 

### 难题

为什么要将行李箱先放在旅馆房间的卫生间里?

臭虫不喜欢藏在硬, 铺瓷砖的地板上. 它们喜欢藏在床垫, 沙发, 与软垫等装上垫的家具的裂缝中.

三月份的校园新闻: 无烟的生活方式