



HOLLYDALE HERO HIGHLIGHTS

Una publicación de noticias para padres y alumnos de la Escuela Primaria.



Nuestra comunidad de Hollydale se enorgullece de ser segura, responsable y respetuosa.
Inspiramos y capacitamos a cada estudiante!

Unas palabras de la Directora...

Sra. Jessica Ramirez

Próximas Conferencias de Padres y Maestros

Es esa época del año; ¡Las conferencias están a la vuelta de la esquina! Las conferencias se llevarán a cabo el Lunes 23 de Noviembre de 4:00 pm a 8:00 pm y el Martes 24 de Noviembre de 8:00 am a 8:00 pm.

Durante la próxima semana, busque un correo electrónico del maestro de su hijo con un enlace para programar la conferencia de 15 minutos de su hijo. Seleccione el día y la hora que mejor funcionen. Usted recibirá un correo electrónico de confirmación con un enlace de conferencia Meet Google después de que haya enviado su respuesta. Si necesita cancelar o reprogramar, haga clic en el enlace de reprogramación que se proporciona en el correo electrónico de confirmación.

Solo podemos ofrecer una conferencia por estudiante. Si tiene una familia de dos residencias, coordine qué padre programará la conferencia y comparta el enlace y la hora de la conferencia con el co-padre de su hijo.

Recibirá un recordatorio por correo electrónico un día antes de la conferencia. El enlace de la conferencia también estará en ese correo electrónico. Simplemente haga clic en el botón azul "Unirse a Google Meet".

Si necesita algo o tiene alguna pregunta, sepa que siempre puede comunicarse con el maestro de su hijo o conmigo. Me pueden contactar por correo electrónico a ramirez26@gresham.k12.or.us o por teléfono al 503-661-6226.



Siga a Hollydale en las Redes Sociales



[@HollydaleElementarySchool](https://www.facebook.com/HollydaleElementarySchool)



[@hollydaleheroes](https://www.instagram.com/hollydaleheroes)



[@Hollydale_ES](https://twitter.com/Hollydale_ES)

Participe para ganar una tarjeta de regalo de \$20 para la librería Maggie Mae's Bookshop en el centro de Gresham y una camiseta de Hollydale cuando siga a Hollydale en Facebook, Instagram o Twitter. **Habrà un ganador elegido al azar el 12 de Noviembre.**

¡Próximas fechas importantes!

NO HAY CLASES

Miércoles 11 de Noviembre - Día de los Veteranos

Viernes 13 de Noviembre - Día de calificaciones

Martes 24 de Noviembre - Conferencias

Noviembre 25-27 - Vacaciones de Acción de Gracias

El Concurso de las Redes Sociales termina,
Jueves, 11/12

Recogida De Material Esencial #2
Martes, 11/17, 2-7pm
Miércoles, 11/18, 7:30am-2pm

Conferencias Virtuales
Lunes, 11/23, 4-8pm & Martes, 11/24, 8am-8pm



Visite el sitio web de Hollydale en: <http://hollydale.gresham.k12.or.us> • 503-661-6226 • 505 SW Birdsdales Drive, Gresham, OR 97080

Horario escolar: 8:35am - 3:05pm • miércoles: 9:35am - 3:05pm

El Distrito Escolar de Gresham-Barlow reconoce la diversidad y el valor de todos los individuos y grupos. La política de este distrito y de la junta de educación es que no habrá discriminación ni hostigamiento de individuos o grupos en ningún programa, actividad o empleo educativo. Gresham-Barlow brinda igualdad de acceso a las personas con discapacidades.



HOLLYDALE HERO HIGHLIGHTS

Una publicación de noticias para padres y alumnos de la Escuela Primaria.

Nuestra comunidad de Hollydale se enorgullece de ser segura, responsable y respetuosa.

Inspiramos y capacitamos a cada estudiante!



un mensaje de la oficina ...

Las Boletas de Calificaciones

Las boletas de calificaciones estarán disponibles en línea con su cuenta de ParentVue Noviembre 20, 2020. Si no ha activado su cuenta por favor cheque su correo electrónico si recibió un correo electrónico con el código de activación de nuestra secretaria Cheryl Eki. Si necesita un nuevo código de activación, envíe un correo electrónico a Cheryl a eki6@gresham.k12.or.us o llame a la escuela al 503-661-6226.



Recordatorio de Vacunación

Si recibió una carta con respecto a las vacunas de su hijo, proporcionenos un registro actualizado la escuela lo antes posible. Si tiene alguna pregunta, llame a Julie Melton al 503-661-6226 o envíe un correo electrónico a melton10@gresham.k12.or.us

[Haga clic aquí para obtener más información sobre los centros de salud estudiantiles.](#)

SUN Community School

¡Hola familias de Hollydale!

Continúe visitando nuestra [PÁGINA DE SUN FACEBOOK](#) para obtener información y recursos. Y también suscríbese a nuestro [CANAL DE YOUTUBE](#) para nuestra Programación Virtual SUN Fall. Los nuevos videos se cargan todos los días, de lunes a viernes, después de las 3:00 p.m. y los sábados y domingos, después de las 8:00 a.m. **Si comenta y / o publica una foto de su estudiante con la actividad en el video, se le inscribirá en un sorteo semanal para un regalo sorpresa !!**



Si tiene alguna pregunta, comuníquese con Sandra Jones, Coordinadora del sitio de SUN al 503-380-0464, sandraj@mfsmail.com (inglés) o Daisy Sanchez, asistente de programa en daisyst@mfsmail.com (español).



Comidas para llevar en Hollydale

El servicio de comidas para llevar en Hollydale se dará por la banqueta, de **Lunes a Viernes de 11 am a 12:30 pm, esto incluye un desayuno, un almuerzo y una cena, por día y por niño de 0 a 18 años.**



Las comidas del fin de semana se distribuirán con la bolsa de comidas de los Viernes.

Los padres, tutores o miembros de la familia pueden recoger las comidas de los estudiantes.

Entrega de comidas en autobús escolar de Lunes a Viernes Las comidas también se entregan diariamente en varias rutas de autobús.

[Haga clic aquí para ver el horario](#)

CAMBIOS DE HORARIO PARA NOVIEMBRE

Debido a que no hay clases el 11/11, 11/13, 11/25-11/27

El Martes, 11/10 (dos días de comidas)
Comidas distribuidas el Martes y Miércoles

Jueves, 11/12 (cuatro días de comidas)
Viernes y comidas distribuidas del fin de semana

El Martes, 11/24 (cuatro días de comidas)
Comidas distribuidas del Martes-Viernes. No se distribuirán comidas de fin de semana esta semana.

LISTA DE RECURSOS FAMILIARES

Consulte el enlace a continuación para obtener recursos, incluyendo alimentos, vivienda, servicios médicos, cuidado infantil y más...

Haga clic aquí en Español. <https://www.smores.com/wdf68>
Haga clic aquí para Inglés. <https://www.smores.com/6j81f>



HOLLYDALE HERO HIGHLIGHTS

Una publicación de noticias para padres y alumnos de la Escuela Primaria.

**Nuestra comunidad de Hollydale se enorgullece de ser segura, responsable y respetuosa.
Inspiramos y capacitamos a cada estudiante!**



Rincón del Consejero

Christine Fitch, *Consejera Escolar Profesional con Licencia*
503-661-6226 / fitch@gresham.k12.or.us



Cómo Hablar Con Su Hijo Sobre Sus Sentimientos Durante La Pandemia

Los seres humanos somos bastante buenos para afrontar situaciones difíciles. Ser capaz de hacer frente a la adversidad es una habilidad saludable que beneficia a las personas durante toda su vida. Pero lidiar con una situación difícil a diario puede desgastar a cualquiera. Y como padres, tenemos la responsabilidad adicional de asegurarnos de que nuestros hijos enfrenten esta crisis de manera saludable. Una forma de hacerlo es hablar con su hijo con regularidad y brindarle la oportunidad de expresar cómo se siente. Hablar de los sentimientos con alguien es una forma importante de afrontarlos. Mantener los sentimientos demasiado reprimidos puede provocar estrés y ansiedad.

Muchos niños no inician conversaciones sobre cómo se sienten. Los niños mayores pueden ocultar sus sentimientos porque se sienten incómodos, avergonzados o se les hace difícil. Es posible que los niños más pequeños no sepan cómo describir lo que sienten. Por eso, es importante que los padres o cuidadores inicien estas conversaciones con sus hijos con regularidad. Algunos niños responden bien a un tiempo para compartir planificado, mientras que a otros (especialmente los niños mayores) no les gusta sentirse “en un aprieto”. En este caso, un adulto puede planificar estas conversaciones para que parezcan casuales y espontáneas para aumentar la disposición del niño a compartir.

A menudo, los niños están más dispuestos a compartir si el padre comparte primero. Esta también es una gran oportunidad para que los adultos modelen cómo se pueden expresar y hablar de las emociones. Es importante destacar que este no es el momento de revelar ansiedades y miedos de alto nivel. Expresar una sensación de fatalidad o negatividad extrema puede ser perjudicial para los niños. En su lugar, hable con calma sobre cómo nuestra situación actual podría estar haciendo que se sienta y reconozca que las cosas pueden ser difíciles a veces. Continúe con algo positivo y tranquilizador. Por ejemplo, dígame a su hijo que aunque a veces se preocupa, también mantiene la esperanza y cree que

su familia estará bien. Luego, puede preguntarle a su hijo qué está sintiendo o qué ha sido difícil para él últimamente.

Escuche con atención, sin juzgar y no descarte ni debata lo que siente su hijo. Cuando termine su conversación, intente terminar con una nota esperanzadora o tranquilizadora. Puede compartir con ellos algo bueno que crea que ha surgido de esta crisis. Quizás su familia esté pasando más tiempo junta o aprendiendo algo nuevo juntos. Recuérdelo a su hijo que puede hablar con usted en cualquier momento, que le importa y que lo escuchará. Si su hijo no quiere hablar en ese momento sobre cómo se siente, hágale saber que está bien, pero continúe brindándole oportunidades para que se exprese.

Aquí hay algunos temas para iniciar una conversación que puede usar para iniciar una conversación con su hijo. Estos ejemplos tienen el efecto de parecer espontáneos y casuales, lo que ayuda a algunos niños a sentirse más cómodos compartiendo.

- Hoy estaba pensando en cómo mi rutina diaria es tan diferente de lo que solía ser. ¿Cuál crees que es el mayor cambio que te ha ocurrido desde la primavera pasada?
- Hoy me sentí un poco estresado cuando pensé en (complete el espacio en blanco). Entonces me dije a mí mismo, voy a estar bien, no importa lo que pase. ¿Te has sentido estresado por algo últimamente?
- Estaba pensando hoy en amigos que extraño no ver. ¿Cómo te sientes por no ver a tus amigos?
- Ayer me preocupé un poco y tuve que recordarme que esta situación terminará y las cosas estarán bien. ¿Alguna vez te preocupas por las cosas? ¿De qué te preocupas?

Si usas una de oraciones para iniciar y te ayudo, ¡envíame un correo electrónico para hacérmelo saber! Si necesita más ayuda para hablar con su hijo, o si desea que me comunique con ellos, me complacerá ayudarlo.

