

Boletín informativo de Jaguar

Marzo de 2025

FECHAS IMPORTANTES

Vacaciones de primavera

Del 10 al 17 de marzo no hay clases

CONCIERTO DE BANDA Y
CORO EL 3 DE MARZO A
LAS 6:00 P. M.

SHOW DE TALENTOS
ESCOLARES EL 5 DE
MARZO EN EL GIMNASIO
A LAS 7:55 AM

FIN DEL TERCER
TRIMESTRE 7 DE MARZO

MUY PRONTO

El cuarto trimestre comienza el 18
de marzo

¡Último trimestre del año!

**¡TERMINEMOS EL AÑO
ESCOLAR FUERTES!**



RECUERDE EXCUSAR A SU ESTUDIANTE
CUANDO ESTÉ AUSENTE. LA POLÍTICA
DEL DISTRITO LE PERMITE EXCUSAR
HASTA 1 SEMANA DESPUÉS DE LA
AUSENCIA. LLAME O ENVÍE UN CORREO
ELECTRÓNICO.

435-635-8931 O

DEBRA.HOWARD@WASHK12.ORG

Queridas familias Jaguar:

A medida que entramos en marzo, nos complace compartir algunos recursos y conocimientos valiosos de la última Noche de educación para padres de febrero que organizó HIS. Gracias a Cary Mac Arther LMFT, quien presentó el tema "Cómo ayudar a su hijo a sentirse seguro en la ansiedad: el enfoque ANCHOR", como padres, puede ser útil tener estrategias para apoyar a nuestros hijos mientras enfrentan la ansiedad.

La presentación de Cary se centró en cómo nosotros, como padres y cuidadores, podemos ayudar a nuestros hijos a manejar y afrontar la ansiedad de una manera que genere resiliencia y seguridad emocional. A continuación, resumimos el enfoque ANCHOR, un marco simple pero poderoso:

El enfoque ANCHOR:

1. **Reconozca sus sentimientos sin minimizarlos.**
"Estás muy nervioso por esto. Lo entiendo".
Reconozca y valide las emociones de su hijo sin restarles importancia. Normalice el hecho de que la ansiedad es parte de la vida.
2. "Está bien sentirse así. La preocupación es la forma que tiene nuestro cerebro de protegernos".

Hágale saber a su hijo que la ansiedad es una respuesta normal al estrés. Conéctese con una
3. **presencia tranquila.**
Tu calma les ayuda a mantener la calma. Respira profundamente, permanece presente y ofréceles tranquilidad de forma constante.
4. **Mantener el espacio en lugar de fijarlo.**
Resista la tentación de resolver el problema de inmediato. En lugar de eso, asegúrele a su hijo que puede manejar la incomodidad, incluso si es difícil.
5. **Ofrecer una herramienta de conexión a tierra.**
Introduzca técnicas sensoriales como sostener algo frío, respirar profundamente desde el abdomen o nombrar cinco cosas en la habitación.
6. **Reforzar la resiliencia.**
"¿Recuerdas la última vez que estabas nervioso por tu partido de fútbol? Y luego terminaste ¿Lo estás disfrutando? Puedes hacer cosas difíciles".

Recuerde a su hijo los desafíos pasados que ha superado para aumentar su confianza.

Un gran agradecimiento a Cary Mac Arther, por brindar una visión tan perspicaz e impactante. Presentación que ayudará a muchos de nosotros a seguir apoyando a nuestros hijos. ¡La experiencia y el enfoque compasivo de Cary fueron verdaderamente apreciados!

Animamos a todas las familias a que se pongan en contacto con nosotros si necesitan ayuda adicional. ¡Gracias por su compromiso con el crecimiento de su hijo y esperamos que nos espera un mes emocionante!

Sra. McMullin
Consejera escolar

Library Media Center

Centro de medios de la biblioteca

Acontecimientos de marzo

Club de lectura independiente de Mt. Readmore

WONDER

Il bestseller internazionale dal 2012 in cima alle classifiche del New York Times



R.J. Palacio

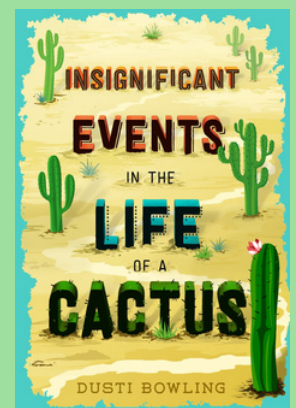
GIUNTI

Nuestros alumnos de séptimo grado han estado participando en el concurso Book Madness en su clase de Lengua y Literatura. El libro independiente (que no forma parte de una serie) que llegó más lejos en la competencia fue "Wonder" de R.J. Palacio, lo que lo convierte en nuestra selección oficial del club de lectura para el mes de abril.

Club de lectura de
marzo basado en un
mito



Selección del
director del club de
lectura de mayo



ALIMENTO

Despensa

¡Regístrese para hacer un pedido de despensa de alimentos y programe con anticipación para recibir alimentos GRATIS!

NUESTROS SERVICIOS:

- Reserva a continuación
- Recuerde a su hijo que tome comida los viernes durante la clase de aula.
- HORARIO DE ATENCIÓN:
• L-J-2:00-3:00 p.m. V- 10:33-11:20 (llame si necesita otro horario)

FORMULARIO DE PEDIDO DE
DESPENSA DE ALIMENTOS

☎ 435-635-8931
ext. 4042 o
4043

🌐 [Haga clic en DESPENSA
DE ALIMENTOS en
ASESORAMIENTO](#)





Dr. Seuss

March

3rd-7th

WEEK

MONDAY:
MIXED UP MONDAY
WEAR WACKY
CLOTHES & SOCKS

BOOK: FOX IN SOCKS
WACKY WEDNESDAY

TUESDAY:
HAT DAY

BOOK:
THE CAT IN THE HAT

Wednesday:
Twin Day

BOOK:
WE ARE THING ONE
& THING TWO

Thursday:
Crazy hair day

BOOK:
DAISY- HEAD MAYZE

Friday:
Tourist Day

BOOK:
OH THE PLACES YOU'LL GO!

¡ TODOS LOS ESTUDIANTES DE 6.º GRADO QUE CURSARÁN 7.º GRADO EL PRÓXIMO AÑO ESCOLAR! ¡ VACÚNENSE PRONTO!

¡Por favor lea!



Todos los próximos estudiantes de séptimo grado necesitan las siguientes vacunas adicionales ANTES del inicio del año escolar:

- 1 Meningococo
- 1 dosis de refuerzo de Tdap (tétanos, difteria y tos ferina)
- 2 vacunas contra la hepatitis A y 3 vacunas contra la hepatitis B
- 2 Vacunación contra la Varicela (o constancia de haber padecido la enfermedad mediante la firma del carné oficial).

Si su estudiante ha recibido estas vacunas, proporcione una copia del registro de vacunación a la escuela antes de que comiencen las clases. Si ya ha enviado un formulario de exención, tenga en cuenta que la Sección 53G-9-303 del Código Estatutario de Utah exige que estas exenciones se renueven antes del ingreso al séptimo grado. Esto debe hacerse en una computadora, no en un teléfono móvil, ya que el Certificado no se descarga correctamente. Deberá enviar una copia del nuevo Certificado de exención. Recuerde que todas las casillas de vacunas deben estar marcadas. Verifique eso antes de imprimirlo. Si tiene alguna pregunta, no dude en enviarme un correo electrónico a @cheree.crosby@washk12.org.

La lista completa de las vacunas obligatorias se adjunta a este correo electrónico. Si tiene preguntas sobre el estado de vacunación de su hijo, comuníquese con su proveedor de atención médica, el Departamento de Salud Pública del Suroeste de Utah o la línea directa de vacunación al 1-800-275-0659.

Gracias

Haga clic en los enlaces a continuación para obtener más información.

Información general sobre vacunación

[Vacunas para niños desde el jardín de infantes hasta el sexto grado \(inglés\)](#)

[Vacunas de séptimo grado - Inglés](#)

[Vacunas desde jardín de infantes hasta sexto grado \(español\)](#)

[Vacunas de séptimo grado - Español](#)

[Enlace de información sobre exenciones](#)

¡Paga tus cuotas escolares!

Los estudiantes pueden tener nuevas tarifas para el nuevo semestre...
¡Por favor revise las cuentas de Powerschool!



***Todas las cuotas escolares debían pagarse en octubre.
¡Se acabó el tiempo! Verifique la cuenta Powerschool
de su estudiante para ver qué cuotas aún debe.
No se pueden comprar anuarios hasta que se hayan
pagado todas las cuotas. Si tiene alguna pregunta
sobre ellos, llame a la escuela.***

435-635-8931



Yearbook

LOS ANUARIOS SE VENDEN POR ADELANTADO POR \$23. DESPUÉS DEL 1 DE MARZO, LOS ANUARIOS SE VENDERÁN POR ORDEN DE LLEGADA HASTA QUE SE AGOTEN. ¡NO TE LO PIERDAS!

TENEMOS ALGUNOS ANUARIOS DEL AÑO PASADO QUE ESTÁN A LA VENTA POR \$10 CADA UNO EN LA OFICINA. SI ERES UN ESTUDIANTE DE SÉPTIMO GRADO QUE NO COMPRÓ UNO EL AÑO PASADO PERO AÚN ASÍ TE GUSTARÍA TENER UNO, VEN A COMPRAR UNO EN LA OFICINA.

¡Nuestros enlaces favoritos!

[Calendario escolar](#)

[Horarios de campana](#)

[Sitio web de la escuela](#)

[Menú de almuerzo de marzo](#)

[¡Hazle una pregunta al director!](#)

[Inmunización Requisitos](#)

[¡Síguenos en Instagram!](#)

[Calendario del distrito](#)



¡Audiciones para el salón de baile de la escuela secundaria Hurricane!

Para los grados 10.^o a 12.^o (año escolar 2025-2026) 19 y 20 de marzo de 3 a 5 a. m.

aprendiendo el baile en el gimnasio auxiliar

Audición de estudiantes de tercer y cuarto año el

día 21 de 12:30 a 1:30 a. m. Audición de

estudiantes de segundo año el día 21 de 1:30 a

2:30 a. m. ¿Preguntas? Comuníquese con la Sra.

Graff melanie.graff@washk12.org



¡Audiciones de la compañía de baile de la escuela secundaria Hurricane!

Para los grados 8.º a 12.º (año escolar 2025-2026)
26 y 27 de marzo de 15:00 a 17:00 en el salón de
baile Audiciones 28 de marzo de 12:30 a 14:00
¿Tiene preguntas? Comuníquese con la Sra. Graff
melanie.graff@washk12.org