

Rincón del consejero

Boletín Octubre 2022



Consejos saludables para nuestra comunidad

Con **Halloween** a la vuelta de la esquina es una buena oportunidad para...

¡Planifica con anticipación! (tome decisiones inteligentes sobre pedir dulces y con qué amigos irá)

Practique decir "¡No!" (practica sobre qué decir si un amigo quiere hacer una broma cruel)

Escucha tu instinto. (si no se siente bien, ¡no lo hagas!)

¡Quédate con un adulto, no vayas solo! (Niños mayores: ¡use el sistema de amigos!)

Llama/busca un adulto de confianza. (si no te sientes seguro o ves algo peligroso)

Libro de SEL del mes

Libro recomendado: *Pero es solo un juego* de Julia Cook



Los libros pueden ser una excelente manera de iniciar conversaciones con los niños sobre temas difíciles. *Pero es solo un juego* de Julia Cook puede abrir el diálogo entre usted y su hijo para encontrar un equilibrio saludable entre el deseo de jugar videojuegos y participar en otras actividades. Este libro enseña tanto a niños como a adultos cómo cambiar su controlador de juego por un "controlador de vida".

tanto a niños como a adultos cómo cambiar su controlador de juego por un "controlador de vida".

Noticias de nuestras lecciones en el aula

Este mes, nuestros consejeros escolares están enseñando a los niños las habilidades importantes para llevarse bien con los demás y tener un buen desempeño en la escuela. Nuestro objetivo es que la escuela sea un lugar seguro y respetuoso donde todos puedan aprender. Para ayudar aún más a nuestra escuela a ser un lugar seguro y respetuoso, también utilizaremos la Unidad de Prevención del Acoso de Segundo Paso. En las lecciones, su hijo aprenderá habilidades específicas para ayudar a detener el acoso. Los estudiantes aprenderán cómo:

- Reconocer cuando está ocurriendo el acoso
- Informar sobre el acoso a un adulto a cargo
- Negarse a permitir que el acoso les suceda a ellos mismos o a otros
- Sea un espectador que se levante y sea parte de la solución al acoso.

Obtenga más información sobre estas lecciones en:
www.secondstep.org

Mantengámonos en contacto!

Primaria Frank G. Lindsey

Vanda Rudez, Psicóloga Escolar

Jamie Manning, trabajador social escolar

Jennifer Ardisana, Consejera Escolar

Escuela Primaria Buchanan- Verplanck

Jennifer Lupiani, psicóloga escolar

Jennifer Ardisana, consejera escolar de segundo grado

Abbey Polito, consejera escolar de tercer grado

Escuela Primaria Furnace Woods

Vanda Rudez, Psicóloga Escolar

Andrea Meranda, Trabajadora Social Escolar

Abbey Polito, Consejera Escolar



Personal de FW MH (Andrea Meranda y Abbey Polito)

Momento consciente

Calabaza de respiración profunda

Traza las crestas de la calabaza.

Rastrea hacia arriba e inhala

Rastrea hacia abajo y exhala



