



# HIGHLAND PARK SENIOR HIGH SCHOOL NEWSLETTER

International Baccalaureate World School

## 23 de octubre de 2020

### Encuesta de Horario de Enseñanza

Por favor, considere completar la encuesta que se envió a los padres en varios idiomas relacionado al horario actual de enseñanza a distancia. Su hijo(a) también recibió una encuesta sobre el horario de enseñanza actual. Es voluntario y anónimo. Su aportación es muy apreciada.

### Conferencias de Padres y Maestros

Las conferencias de padres y maestros se llevarán a cabo este año en dos fechas diferentes. **Miércoles 28 de octubre de 4:00 a 6:00 pm** y **jueves 29 de octubre de 6:00 a 8:00 pm**. Las conferencias serán virtuales. El tiempo de la conferencia se limitará a 5 minutos de duración por maestro y/o clase. Detalles de como registrarse para participar se enviarán en un correo electrónico separado. Se le recomienda que su hijo asista con usted.

### Grados/Notas Trimestre 1 y el Reporte

Un recordatorio importante de que este año los estudiantes no recibirán automáticamente un pase o aprobado para las clases. Las calificaciones o notas obtenidas pueden variar entre A, B, C, D y NP (no pasó). Es esencial que los estudiantes asistan a todas sus clases, hagan el trabajo asignado y se reúnan con los maestros durante sus horas de oficina para recibir ayuda. El primer trimestre termina el 13 de noviembre y el reporte de calificaciones no se enviarán por correo a casa, pero los padres y los estudiantes deben revisarlas electrónicamente.

### Exámenes de IB

¡Registración para Bachillerato Internacional/International Baccalaureate (IB) para el examen de mayo 2021 **esta ya en la última semana, vence el 30 de octubre!** Cualquier estudiante en los grados 11 ó 12 e inscrito en un curso de IB puede inscribirse para tomar un examen en MAYO de 2021. Por favor, discuta sus opciones de examen con sus maestros, hable con su familia, luego regístrese en línea en el formulario de inscripción HPSH IB - Mayo 2021. (<https://forms.gle/2E9mn7CBL9fuDoUH7>). Los estudiantes deben registrarse con su cuenta de correo electrónico escolar. Si tiene alguna pregunta o preocupación sobre el programa de Diploma IB o los exámenes, comuníquese con Jason Schlukebier, IB Diploma Coordinator, at [jason.schlukebier@spps.org](mailto:jason.schlukebier@spps.org).

## Bienestar Estudiantil y Familiar

Es fácil sentir que "deberíamos" estar acostumbrados a nuestra nueva vida normal a siete meses de la pandemia de COVID-19, pero la verdad es que seguimos viviendo en tiempos sin precedentes. Los siguientes consejos para hacer frente a una pandemia se ha sacado de un artículo que ha tenido una amplia circulación y que merece la pena leer o releer. Lea el artículo aquí/[here](#).

### **Consejos para Afrontar una Pandemia**

1. Acepta que la vida es diferente en este momento: no se rinda y no malgastes energía resistiéndose a la realidad.
2. Espere menos de usted mismo y recargue las energías. Explore las preguntas a continuación ahora que muchos sistemas de ayuda actualmente no están disponibles.
  - o ¿De dónde obtengo mi energía?
  - o ¿Qué tipo de tiempo de inactividad necesito?
  - o ¿Qué rutinas necesito ahora mismo?
3. Reconocer los diferentes aspectos del duelo: negación, ira, negociación, depresión y aceptación. Todo se puede experimentar en diferentes momentos y de la nada, y es natural lamentarnos de la forma de vida a la que antes estábamos acostumbrados.
4. Busque actividades, nuevas y que hacia antes, que continúen satisfaciéndolo.
5. Concéntrese en mantener y fortalecer las relaciones importantes.
6. Desarrolle su resiliencia enfocándose en dormir, la nutrición, el ejercicio, la meditación, la autocompasión, la gratitud, la conexión y decir no.

### **Consejos para Ayudar a los Jóvenes a Sobrellevar una Pandemia**

Las familias y las escuelas apoyan a los niños y adolescentes brindándoles seguridad, tranquilizándolos en momentos difíciles y asegurándose de que sean vistos.

**Seguridad:** proporcionar la mayor consistencia posible ayuda a los jóvenes a sentirse seguros. Trate de estar ahí para su hijo y cree las rutinas típicas y predecibles.

**Calmar:** los adultos solidarios brindan una presencia tranquilizadora a los jóvenes durante los momentos difíciles. Los niños pueden beneficiarse de ver a los adultos con un sentido de confianza y esperanza.

**Visto:** escuche a su hijo y reconozca cuando se ve incómodo o si hay un cambio de comportamiento. Honre su historia y emociones únicas.

Los consejeros y trabajadores sociales de HPSH están aquí para apoyarlo a usted y a su familia. Para obtener más información y recursos, visite la sección de asesoramiento del sitio web de nuestra escuela aquí/[here](#).

## Recaudación de Fondos de PTSA

¿Compras en Amazon? ¿Sabía que un porcentaje de sus ventas podría beneficiar a Highland Park PTSA?

Así es cómo:

1. Inicie sesión en [Amazon.com](#)
2. Haga clic en Cuenta y listas.
3. Haga clic en Your AmazonSmile
4. Busque y elija: HPSH PTSA
5. Cuando compre, vaya a [SMILE.amazon.com](#)

\* Asegúrese de que HPSH PTSA se enumere bajo **Apoyo/Supporting**: debajo de la barra de búsqueda. ¡Es así de fácil! ¡Gracias por su apoyo a la PTSA y a nuestra comunidad de Highland Park Senior High!

## Centro de Recursos Universitarios y Profesionales

¡El CCRC está aquí para ayudar a los estudiantes con la planificación universitaria y profesional! El CCRC proporciona los siguientes recursos a los estudiantes:

- Herramientas, intereses y habilidades de exploración
- Información de profesiones
- Ayuda para preparar el Resume
- Herramientas de exploración universitaria y postsecundaria
- Admisión a universidades, visitas de representantes militares y de carrera
- Información de la prueba de admisión a la universidad, como ACT y Accuplacer
- Becas
- Ayuda financiera
- Oportunidades comunitarias y de verano
- ¡Y más!

Haga clic aquí para ver el último boletín de CCRC/[Click here to see the latest CCRC newsletter](#) que destaca las próximas oportunidades universitarias y relacionadas con la carrera.

### De Parte de la Biblioteca

La biblioteca de HPSH se complace en anunciar que ofrecerá un servicio de préstamo de libros fuera del edificio durante el aprendizaje a distancia. Los estudiantes pueden solicitar y devolver libros en la biblioteca de nuestra escuela. Después de recibir un correo electrónico de confirmación, los libros estarán listos para ser recogidos en la acera del edificio los **jueves de 12:00 a 3:00 pm**. Los libros también se pueden devolver en este momento. Los estudiantes están hartos de mirar sus pantallas. ¡Pongamos libros impresos en sus manos! Preguntas se pueden dirigir a [alison.rahman@spps.org](mailto:alison.rahman@spps.org)

\*\* Vea este folleto interactivo que tiene toda la información, incluido un video tutorial sobre cómo solicitar y poner libros en reserva: : : [HPSH Curbside Book Checkout](#)

### Exámenes de ACT

Si los estudiantes desean tomar el examen ACT por segunda vez, deben visitar [www.actstudent.org](http://www.actstudent.org) para obtener actualizaciones sobre las fechas futuras de exámenes en todo el país.

### Clínica de Salud de Highland Park

La Clínica de Salud de Highland Park seguirá brindando sus servicios de salud y apoyo a los estudiantes durante el aprendizaje a distancia y durante este año escolar. Los servicios que ofrecemos incluyen atención médica, terapia de salud mental, asesoramiento nutricional y educación para la salud. No cobramos a las familias por los servicios y sólo facturamos al seguro si usted tiene y es posible. ¡Todos los estudiantes de Highland y los jóvenes de la comunidad cercana mayores de 11 años son elegibles para recibir atención! El personal de la clínica estará en Highland los martes y miércoles de 8 a.m. a 4 p.m. Los lunes, jueves y viernes ofrecemos visitas virtuales para los estudiantes a través de Telehealth. No proporcionaremos pruebas de COVID. Sin embargo, evaluaremos la exposición y los síntomas de COVID con cada paciente y personal que ingrese a nuestras facilidades. Si los pacientes o sus familias necesitan ayuda para acceder a las pruebas de COVID, podemos dirigirlos a los sitios de pruebas locales. Teléfono directo de la clínica: 651-690-7667 Número de la clínica/Telehealth para hacer citas: 651-412-8445 o correo electrónico: [trpflum@mncare.org](mailto:trpflum@mncare.org)

## Asistencia de Estudiantes

Los estudiantes deben registrarse como presentes todos los días cuando están participando en el aprendizaje. Los estudiantes sólo tienen que hacer esto una vez al día. Vaya a la página de internet del distrito de SPPS en [www.spps.org](http://www.spps.org) para ver el video y los detalles necesarios. Por favor revise cuidadosamente el video y los pasos junto a su hijo(a). **Si su hijo(a) va a estar ausente, por favor llame a Highland al 651-293-8940 y deje un mensaje en la línea de asistencia.** Si los estudiantes no se marcaron como presentes el día en que estaban participando o trabajando en el aprendizaje, pueden comunicarse con un sólo maestro para que el maestro los marque como presente, y eso los marcará como presentes en todas las clases. Se espera que los estudiantes sean lo suficientemente responsables en la escuela secundaria para ingresar su asistencia diaria. Por favor de ser necesario, recuerde a su hijo(a) que tenga un sistema que le indique que marque su asistencia cada día, como por ejemplo usar un calendario diario.

## Asociación de Padres Maestros y Estudiantes

Bienvenidos a la Asociación Padres Maestros y Estudiantes (PTSA) ¡Estamos listos para enfrentar el desafío del año escolar 2020-2021!

Como padre/tutor de un estudiante de Highland Park Senior High (HPSH) o estudiante de HPSH, usted es miembro de una comunidad sólida que apoya a todos los estudiantes y maestros. Nuestra comunidad será más fuerte que nunca a medida que enfrentemos los desafíos del aprendizaje virtual. Incluso más que en el pasado, confiaremos más en la comunicación electrónica, las reuniones virtuales y las fuentes de redes sociales para mantenernos conectados.

Comuníquese con nuestro PTSA utilizando una o más de nuestras herramientas de comunicación:

Únase a la lista de correo electrónico/email de PTSA: <http://goo.gl/forms/Z60kDF5vIrHMNxCV2>

Encuéntrenos en Twitter: @scotsptsa

Únase a nosotros en Facebook en Highland Park Senior High Families and Friends: <https://www.facebook.com/groups/668231483252731/>

### VALORES DE PTSA

Con estudiantes y maestros en el centro de todo lo que hacemos, el grupo de **PTSA de Highland Senior High School** apoya la excelencia, el enriquecimiento y la programación integral que construye el rendimiento y la estructura comunitaria de nuestra escuela. Apoyamos estos valores de dos formas fundamentales:

- Proporcionar recursos para los estudiantes, maestros y salones de clases a través de fondos directos que apoyan las actividades, suministros del salón y de programas; y,
- Unir a la comunidad de HPSH a través del apoyo para actividades, eventos y programas de enriquecimiento basados en intereses en toda la escuela.

### RAZONES PARA UNIRSE A PTSA

- Es bueno para su hijo. Las investigaciones demuestran que los niños cuyos padres están involucrados en su escuela obtienen mejores calificaciones y tienen menos problemas disciplinarios.
- Descubra recursos para ayudar a que la experiencia de su hijo sea exitosa en la escuela secundaria.
- Estarás "informado". Cada reunión de HPSH PTSA incluye una actualización del director, Dr. Tucker y otros miembros del personal.
- Somos flexibles. Unirse a la PTSA no significa que tenga que asistir a todas (o ninguna) reunión. Asista a las reuniones y otros eventos de la PTSA, según lo permita su horario. Si se inscribe en la lista de distribución de la PTSA en ([HPSHpts@gmail.com](mailto:HPSHpts@gmail.com)), recibirá las actas o minutas de la reunión y siempre sabrá qué está haciendo el PTSA.
- Acceda a la red HPSH PTSA. El PTSA es una excelente manera de conocer a otros padres, además del personal de la escuela y los maestros.

- Es una oportunidad para hacer una diferencia. Al compartir sus ideas, preocupaciones y experiencias, puede ayudar a fomentar un fuerte sentido de comunidad en HPSH.
- Le necesitamos. EL PTSA trabaja en nombre de todos los estudiantes de HPSH. Necesitamos su apoyo para realizar este importante trabajo y tener éxito.

**La próxima reunión del año de la PTSA es el 11 de noviembre a las 6:30 pm** y se llevará a cabo virtualmente. El código de reunión de Google Meet es [meet.google.com/see-fgcj-wfe](https://meet.google.com/see-fgcj-wfe). Si tiene problemas con el enlace, simplemente cópielo y péguelo en el navegador web Google Chrome.

## Entrega de Comida

Las cajas de comida están disponibles de dos formas:

- **Servicio de Entrega a Domicilio:** Una semana de desayuno, almuerzo y leche se entregan en la puerta de su casa, un día a la semana. Es necesario registrarse.
- **Recoger en la Escuela:** El desayuno, el almuerzo y la leche de una semana se pueden recoger en cinco escuelas secundarias de lunes a viernes, de 9 a.m. a 3 p.m. No es necesario registrarse.

Todos los detalles están disponibles en: [spps.org/fallmeals](https://spps.org/fallmeals) en Inglés, Español, Hmong, Somali y Karen.

Además, recuerde completar la Solicitud de beneficios de almuerzo gratis o reducido <https://www.spps.org/Domain/14318> si aún no lo ha hecho. Si bien esto no afecta el costo de las comidas este otoño, esta información es vital para asegurar la financiación de los salones de clases.

## Próximos Eventos

Octubre 28, 4:00 – 6:00 pm	Conferencias de Padres y Maestros (Virtual)
Octubre 29, 4:00 – 6:00 pm	Conferencias de Padres y Maestros (Virtual)
Noviembre 3	No hay clases en vivo en todo el distrito debido a las elecciones
Noviembre 11, 6:30 pm	Reunión de PTSA
Noviembre 13	Final del 1 <sup>er</sup> Trimestre
Noviembre 16	Comienza el Trimestre 2
Enero 26, 2021	Examen de PSAT

## Fechas del Final del Trimestre y Notas/Calificaciones

Trimestre 1	Noviembre 13
Trimestre 2	Enero 28
Trimestre 3	Abril 1
Trimestre 4	Junio 11