



# HIGHLAND PARK SENIOR HIGH SCHOOL

# NEWSLETTER

International Baccalaureate World School

## 11 de diciembre de 2020

### Conferencias de Padres y Maestros

Lo invitamos a conectarse con los maestros durante las conferencias de padres y maestros. Como recordatorio, las dos fechas son esta semana: 16 de diciembre de 4 p.m. a 6 p.m. (miércoles) y 17 de diciembre de 6 p.m. a 8 p.m. (jueves). Por favor vaya al enlace a continuación para registrarse y obtener el código de acceso para participar en conferencias. El tiempo de la conferencia con los maestros está limitado a 5 minutos de duración, respete ese límite de tiempo y llegue a tiempo para que se respeten los horarios de los otros padres. Se le anima a que su hijo también asista con usted.

Enlaces de registro de la conferencia Calendly: <https://bit.ly/hpshwinter2020>

### Recuperación de Créditos

Por favor asegúrese de revisar la carta que se le envió por correo electrónico con respecto a las oportunidades de recuperación de créditos que tienen los estudiantes que reprobaron alguna clase durante el primer trimestre. Es extremadamente importante que cualquier estudiante que necesite esta oportunidad la aproveche y le vaya bien en el segundo trimestre. Esta información también se ha compartido con los estudiantes a través de Schoology y esta publicada en nuestro sitio web. Si su hijo necesita ayuda, comuníquese con el asistente de director de su estudiante, consejero o maestro.

### Clase de Advisory Scottie para Conectarnos

El miércoles los estudiantes asistieron a un nuevo programa de apoyo estudiantil y seguimiento académico llamado Scottie Connect. Este advisory se reunirá todos los miércoles de 11:00 a 11:30 am. Cada personal escolar con licencia tiene un grupo de Advisory de 17 estudiantes de Grados 9-12. Habrá comunidad, diversión, noticias próximas y conexión sobre los apoyos necesarios para el éxito académico y el bienestar socioemocional. Por favor asegúrese de que su hijo asista a este importante programa de apoyo al estudiante todos los miércoles.

## Distribución de Alimentos/Ropa/Artículos para el Hogar

Las escuelas secundarias e intermedia de Highland Park ofrecerán una distribución de alimentos, ropa de invierno, cuidado personal, artículos para el hogar y artículos de papel. Únase a nosotros en el estacionamiento de la escuela secundaria el jueves 17 de diciembre de 2:30 a 4:30 pm. Primero en llegar, primero en ser servido y hasta agotar existencias. Use una mascarilla, practique el distanciamiento social y siga las señales.

Fecha: jueves 17 de diciembre

Hora: 2:30 a 4:30 pm

Donde: Estacionamientos de escuelas intermedia y secundaria. Preguntas: comuníquese con [kristen.ostendorf@spps.org](mailto:kristen.ostendorf@spps.org) o [jane.schwark@spps.org](mailto:jane.schwark@spps.org)

## Eventos de Link Crew: Atención Padres de Estudiantes de Grado 9

El Link Crew organiza un evento todos los viernes entre las vacaciones de Acción de Gracias y las vacaciones de invierno de 12:30 - 1:30 pm. Se seguirán enviando correos electrónicos separados a los padres de los estudiantes de Grado 9 y se les ha informado a los estudiantes. Anime a su hijo(a) a asistir.

## Colecta de Alimentos

El HP Good Club (club de servicio) y el Equipo de Justicia Social de la Iglesia Luterana Gloria Dei están solicitando sus donaciones para ayudar a satisfacer las necesidades alimentarias de las familias de nuestra comunidad.

A finales de este mes, en asociación con la escuela intermedia, organizaremos un obsequio de artículos de aseo, artículos de invierno y comida para todas las familias. Para ello, buscamos donaciones de dinero y galletas para compartir, comida fresca y la mayor cantidad de gente posible. Nuestra esperanza es recaudar suficiente dinero para apoyar 75 bolsas familiares para crear 300 comidas con frutas frescas, vegetales, una proteína y una docena de galletas o barras caseras para las fiestas.

**Las donaciones en efectivo** se pueden enviar por Venmo a Kristen-Ostendorf-2 o si vienes a la escuela en las próximas semanas, dejar el dinero en mi buzón escolar.

**Las donaciones de galletas** se pueden colocar en un contenedor marcado fuera de la Iglesia Luterana Gloria Dei, (700 South Snelling Avenue, St Paul, MN 55116) entre el 13 y el 16 de diciembre y se recogerán todos los días.

¿Preguntas? Póngase en contacto con Kristen Ostendorf a [kristen.ostendorf@stpaul.k12.mn.us](mailto:kristen.ostendorf@stpaul.k12.mn.us)

## Coleta de Libros

¡La Asociación de Estudiantes Africanos organizará una colecta de libros! Todas las donaciones se destinarán a Books for África, una organización dedicada a donar libros a diferentes escuelas y bibliotecas en países de todo el continente Africano. El envío de cada libro le cuesta a la organización 50 centavos, por lo que se aceptarán donaciones monetarias, además de los libros que pueda donar o, aunque no tenga ningún libro para donación. La colecta de libros se llevará a cabo el 17 de diciembre de 1 a 4 pm en la entrada principal de Highland Park Senior High. Los voluntarios estarán esperando afuera para aceptar las donaciones. Los estudiantes de NHS recibirán 1 hora de trabajo voluntario por bolsa de libros.

## **Ayuda a los Estudiantes**

**Ayuda en Highland la presentación:** ¡El segundo trimestre está sobre nosotros y queremos estar seguros de que los estudiantes tengan el apoyo que necesitan para alcanzar sus metas para este trimestre y en el futuro! Vea esta presentación para obtener más información sobre cómo buscar ayuda en Highland; además, incluye fotos, ¡para que sepa con quién se está comunicando! Siga este enlace y use las flechas a la derecha para moverse por la presentación: <https://share.nearpod.com/mYZiAf3XGbb>

## **Mensaje del Distrito del Programa de Diploma IB**

Para los alumnos y las familias del Programa del Diploma de Bachillerato Internacional (PD).

La pandemia de COVID-19 presenta un desafío para las Escuelas Públicas de Saint Paul, nuestros maestros, estudiantes y familias. Estamos comprometidos a brindar una enseñanza de alta calidad y a garantizar que los estudiantes participen y aprendan el contenido y las habilidades de nuestro trabajo de curso.

Como vimos la primavera pasada, el Bachillerato Internacional (IB) también se está adaptando a los desafíos de la pandemia. Este otoño, el IB hizo ajustes en las evaluaciones y calificaciones. Para obtener más información sobre estos cambios, visite el sitio web del IB: <https://bit.ly/ib-dp-adaptations>

Comuníquese directamente con el coordinador del PD del IB de su alumno, Jason Schlukebier, si tiene alguna pregunta general sobre cómo su escuela está manejando el IB PD durante la educación a distancia. También puede ponerse en contacto con los profesores del PD del IB de su alumno si tiene preguntas sobre cursos específicos.

Gracias por apoyar a su estudiante en las Escuelas Públicas de Saint Paul.

## **De Parte de la Biblioteca**

¡NUEVO! A pesar de que SPPS está reduciendo sus servicios en persona, la biblioteca de HPSH todavía puede ofrecer servicio de préstamo de libros sin contacto, en la acera, los **jueves de 12 a 3 pm**. ¡Anime a sus hijos a que pidan un libro (o dos o tres) y salgan de sus pantallas y lean! Más información e instrucciones sobre cómo solicitar libros a continuación.

Aquí hay algunos recursos que espero sean útiles a medida que los estudiantes aprenden desde casa:

[HPSH Curbside Book Checkout](#) (buscar y devolver libros los jueves de 12 a 3 pm)

[HSPH Digital Reading and Listening Resources](#)

[HPSH Research Resources](#)

Bibliotecaria: Alison Rahman ([alison.rahman@spps.org](mailto:alison.rahman@spps.org))

## **Actualización del Anuario**

Para todo lo relacionado con el anuario, vaya a la página web <https://www.spps.org/domain/1173>

Baby Ads (se reabrió la oportunidad de añadir su fotos, la fecha límite ahora es el 11 de diciembre)

<https://forms.gle/6dUUrN24vDsT9caK8>

Todavía  puede pedir un anuario 2021 <https://www.balfour.com/student-info?smi=88862>

01/11/2020 - 31/01/2020 \$ 75.00 Especial de Año Nuevo

02/01/2021- 03/06/2021 \$ 80.00 ¡La primavera es para derrochar! (compra temprano)

Clubes y capitanes <https://forms.gle/wntUfuh3VQTyfZf49>

Cotizaciones senior <https://forms.gle/TDrusdqGSaTRpJYJ8>

## Atención Padres de Estudiantes de Grado 9

Su estudiante recibió la siguiente presentación de sus consejeros a través de las clases de ciencias. La presentación cubre información importante que todo alumno de noveno grado debe conocer sobre los promedios de calificaciones (GPA), transcripciones y los requisitos de graduación. Organizaremos sesiones abiertas de Google Meet para que los estudiantes hagan cualquier pregunta de seguimiento. Queremos estar seguros de que los padres también estén al tanto de esta información, así que haga clic en el enlace para ver y escuchar la presentación. Nos informaron que el sonido no funciona bien al ver la presentación en los iPads de los estudiantes de SPPS. Recomendamos ver la presentación en un dispositivo alternativo, como una computadora portátil, computadora o teléfono para escuchar el audio.

### Entendiendo el GPA, Transcripciones, y Requisitos de Graduación: Expectativas de los Estudiantes

*Direcciones:* Por favor vea esta presentación de parte de sus consejeros y complete el Ticket de Salida que esta en la presentación para ganar puntos por completar esta tarea. (Presentación tarda 15 minutos o menos en verse)

[https://docs.google.com/presentation/d/1hc7hu61t-xvr\\_UKp4A9PDxrmEP11gPR1I34IvnfJEGY/present](https://docs.google.com/presentation/d/1hc7hu61t-xvr_UKp4A9PDxrmEP11gPR1I34IvnfJEGY/present)

## 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.
  - ¿De dónde obtengo mi energía?
  - ¿Qué tipo de tiempo de inactividad necesito?
  - ¿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](https://www.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](https://www.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!

## Lista de lo que Desean los Maestros

Por favor, consulte la lista de los artículos necesarios AHORA para este año escolar diferente. Considere asociarse con otra familia en artículos de costo mayor. La mayoría de los artículos están enlazados para facilitar la compra en línea con entrega a domicilio.

<https://docs.google.com/spreadsheets/d/1cOlpI7RauxKtOvfoOLlxRWLF-7iiuXj7g2yuiJfdWi0/edit?ts=5d6fe22b#gid=0>

## Centro de Recursos Universitarios y Profesionales

¡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.

**Highland Park CCRC** - 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!

## 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)

# 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 de PTSA es el foro de padres el 21 de enero a las 6:30 pm** y se llevará a cabo virtualmente. El foro se enfocará en estrategias para apoyar a su hijo académicamente y emocionalmente durante la pandemia. 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://www.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

Diciembre 16, 4 – 6 pm	Conferencias de Padres y Maestros
Diciembre 17, 6 – 8 pm	Conferencias de Padres y Maestros
Enero 21, 6:30 – 8 pm	Foro: Apoyo a las Necesidades Académicas y Emocionales de los Niños en una Pandemia
Enero 26, 2021	Examen de PSAT
Enero 28	Final Trimestre 2
Marzo 2	Pruebas de ACT
Marzo 3, 4 – 6 pm	Conferencias de Padres y Maestros
Marzo 4, 6 – 8 pm	Conferencias de Padres y Maestros
Abril 1	Final Trimestre 3
Mayo 12, 4 – 6 pm	Conferencias de Padres y Maestros
Mayo 13, 6 – 8 pm	Conferencias de Padres y Maestros
Junio 11	Final Trimestre 4