

¿LO SABÍAS?

La Semana de Apreciación del Maestro es del 3 de mayo al 6 de mayo

¡Llamando a todos los súper niños! Su ayuda es necesaria para celebrar a sus Súper Maestros y al personal!!!

Únase a nosotros para reconocer y celebrar nuestros Equipos de Creative Options

Lunes 3 de mayo

Estrellas de Superpoder- los niños traen tus estrellas de Superpoder.

Martes 4 de mayo

Creo que eres súper porque escribe una nota o dibuja una foto.

Miércoles 5 de mayo

Vístete como un superhéroe- Los súper maestros necesitan compañeros y los estudiantes hacen los mejores compañeros para sus profesores. Vístete como un superhéroe o usa ropa con superhéroes en ellas.

- Los materiales para actividades se enviarán a casa el jueves 29 de abril



**¡Los verdaderos héroes
no usan capas ellos
Enseñan!**

RECORDATORIOS

Conferencias preescolares para padres/maestros **del 7 y 14 de mayo de 2021**

Las conferencias presenciales serán limitadas debido a las restricciones COVID-19.

Último día para preescolar **jueves 27 de mayo de 2021**

Programa de Verano Preescolar Comienza **el martes 1 de junio de 2021**

Salud/Seguridad – Conciencia de Salud Mental



La salud mental incluye nuestro bienestar emocional, psicológico y social. Afecta la forma en que pensamos, sentimos y actuamos. También ayuda a determinar cómo manejamos el estrés, nos relacionamos con los demás y tomamos decisiones. La salud mental es importante en todas las etapas de la vida, desde la infancia y adolescencia hasta la edad adulta.

A lo largo de tu vida, si experimentas problemas de salud mental, estás pensando, el estado de ánimo y el comportamiento podrían verse afectados.

Muchos factores contribuyen a los problemas de salud mental, entre ellos:

Factores biológicos, como genes o química cerebral, experiencias de vida, como trauma o abuso, antecedentes familiares de problemas de salud mental.

Los problemas de salud mental son comunes, pero la ayuda está disponible. Las personas con problemas de salud mental pueden mejorar y muchas se recuperan por completo.

<https://espanol.mentalhealth.gov/basics/what-is-mental-health>

Recursos de Salud Mental

National Alliance on Mental Illness - <https://nami.org/home>
helpline- 800-950-NAMI or text "NAMI" to 741741

Aurora Mental Health - <https://www.aumhc.org/> (303)617-2300

Colorado Crisis Services - <https://coloradocrisiservices.org/>

1-844-493-8255