

THE LION'S PRIDE

JANUARY 27, 2017

JAMES JOHN SCHOOL NEWSLETTER

A Note from Ms. Ragaisis,

I want to say that this year has gone so quickly, maybe it is due to the extra snow days that we have had.

Just a reminder to you, that our quarter ends February 3rd and that we will not be having school on that day.

The student report cards will be sent home in the backpacks on or before February 10th.

In addition, please note that we will no longer have late openings for the remainder of this school year.

Once again I am reaching out for your assistance and asking that you do two things for us:

1. Read with your child at home – listen to them read and support them every night.

2. Get your child to school every day – on time.

With these 2 things, success can happen!

Thank you for your support and remember that my door is always open!

GO LIONS!

Much respect;


Samantha Ragaisis
Principal

CALENDAR OF EVENTS

February 2017

- 1st – Walk To School Day
 @ 7:45 at St. Johns Community Center
- 3rd – Planning Day
 no school for students
- 4th – JJ grounds clean up
 9:00 – 11:00
- 7th – 1st grades field trip
 Oregon Children's Theater @9:00-12:00
- 9th – 4th Grades field trip
 Portland Art Museum @ 8:30–1:45
- 14th – Burgerville Night
 5:00 – 8:00
- 15th – Immunization Exclusion Day
 no shots, no school
- 16th – Literacy Night
 5:30 – 7:30
- 17th – Kindergarten field trip
 OMSI – 9:30-1:30
- 20th – Presidents' Day
 building closed
- 21st - PTA Meeting
 6:00 – 7:30
- 24th – Spirit Day!
 backwards or inside out day

JUMP ROPE FOR THE HEART

Our school is proud to partner with the American Heart Association to help kids with special hearts! Jump Rope for the Heart is a way for kids to help other kids. They do this by getting family, friends or neighbors to agree to donate money to the American Heart Association on their pledge form or a web page. Each student who helps raise money for this worthy cause can also earn Thank You gifts.

All classes will be participating in this jump rope activity during their regular Physical Education class. The dates for Jump Rope for the Heart are **January 31st-February 2nd, 2017**. On Tuesday January 31st, these classes will be jumping **Christopher, Lee, Nicholson, Ruth, Wolfe-Perez, Rodriguez and Keeler**. Wednesday February 1st, we will have **Musgnung, Horrigan, McIntosh, Parada, Pires, and Fast**. On the last day Thursday February 2nd, will be **Castillo, Sammons, Baker, Webb and Hufford**. Please have the money and form back to school no later than **February 2, 2017**.

Thank You,
Terry Schwartzkoph
PE Teacher (503-916-6266 ext. 70872)

News from the Parent Group

Thank you to everyone who joined us for Movie Night last week! Our next one will be Friday 2/24/17. Movie is yet to be determined but as usual doors will open at 5:30 and movie will start at 6:00. More information to follow as the date gets closer.

The PTA will be having a fundraiser and food drive on Tuesday February 7th from 5:00-8:00pm at Great Notion 2204 NE Alberta St #101 Portland, OR 97211. Great Notion is generously donating 15% of their evening's proceeds to the James John PTA's Summer Reading Program. Bring the whole family! Invite your friends! And please consider bringing pre-packed or canned food for our school food pantry.

Tuesday February 14th will be our next Burgerville Night from 5:00-8:00 pm. We are in need of volunteers for the night so if you are interested please email Christine at jamesjohnvolunteer@gmail.com.

Portland Public Schools recognizes the diversity and worth of all individuals and groups and their roles in society. It is the policy of the Portland Public School Board that there will be no discrimination or harassment of individuals or groups on the grounds of age, color, creed, disability, marital status, national origin, race, religion, sex or sexual orientation in any educational programs, activities or employment.

District Title VI & Title IX Contact: Carolyn M. Leonard, Compliance (503-916-3183)
District 504 Contact: Suzy Harris, Integrated Student Support (503-916-2000 x 74234)
American Disabilities Act Contact: Jeff Fish, HR Legal Counsel (503-916-3246)

EL ORGULLO DEL LEÓN

27 DE ENERO, 2017

BOLETÍN DE LA ESCUELA JAMES JOHN

Nota de la Señora Ragaisis,

Quiero decir que este año ha pasado tan rápido, tal vez es debido a los días de nieve extra que hemos tenido.

Sólo un recordatorio para usted, que nuestro trimestre termina el 3 de febrero y que no vamos a tener escuela ese día. Las tarjetas de calificaciones de los estudiantes serán enviadas a casa en las mochilas antes del 10 de febrero.

Además, tenga en cuenta que ya no tendremos aberturas tardías para el resto del año escolar.

Una vez más, busco su ayuda y le pido que haga dos cosas por nosotros:

1. Lea con su niño en casa - escúchelos leer y apoyarlos cada noche.

2. Lleve a su hijo a la escuela todos los días - a tiempo.

¡Con estas dos cosas, el éxito puede suceder!

¡Gracias por su apoyo y recuerde que mi puerta está siempre abierta!

¡VAMOS LEONES!

Mucho respeto;



Samantha Ragaisis

Directora

CALENDARIO DE EVENTOS

Febrero 2017

- 1 – Día de caminar a la escuela
7:45 del Centro de la comunidad
- 3 – Día de Planificación de Maestros
no escuela para los estudiantes
- 4 – JJ limpieza de los patios
9:00 – 11:00
- 7 – 1^{er} grados viaje de campo
Teatro de Niños de Oregon @ 9:00-12:00
- 9 – 4^{to} grados viaje de campo
Portland Museo de Arte @ 8:30–1:45
- 14 – Noche en Burgerville
5:00 – 8:00
- 15 –Día de Exclusión de vacunas
no vacunas, NO Escuela!
- 16 – Noche de Lectura
a las 5:30 – 7:30
- 17 – Kindergarten día de campo
OMSI – 9:30-1:30
- 20 – Día de los Presidentes
edificio cerrado
- 21 – Junta de PTA
6:00 – 7:30
- 24 – Día de Espíritu
Día de vestirse por dentro y por afuera o
al revés

SALTAR PARA EL CORAZÓN

Nuestra escuela está orgullosa de asociarse con la asociación Americana del Corazón para ayudar a los niños con corazones especiales! Saltar cuerda para el corazón es una manera para que los niños ayuden a otros niños. Hacen esto consiguiendo que la familia, los amigos o los vecinos acuerden donar dinero a la asociación americana del corazón en su forma del compromiso o una página de la computadora. Cada estudiante que ayuda a recaudar dinero para esta causa digna también puede ganar regalos de agradecimiento.

Todas las clases participarán en esta actividad de salto de cuerda durante su clase regular de Educación Física. La fecha para el salto de cuerda para el corazón es 31 de enero hasta el 2 de febrero. El martes 31, las clases que saltarán Christopher, Lee, Nicholson, Ruth, Wolfe-Pérez, Rodríguez y Keeler. El miércoles 1 de febrero tendremos Musgnung, Horrigan, McIntosh, Parada, Pires y Fast. El último día jueves 2 de febrero será Castillo, Sammons, Baker, Webb y Hufford. Por favor tenga el dinero y la forma y entrégalo a la escuela no más tardar que el 31 de enero de 2017.

Gracias,
Terry Schwartzkoph
Profesor de Educación Física
(503-916-6266, extensión 70872)

Noticias del Grupo de Padres

Gracias a todos los que se unieron a nosotros para la Noche del Cine la semana pasada! Nuestra próxima será el viernes 2/24/17. La película todavía está por determinar, pero como de costumbre las puertas se abrirán a las 5:30 y la película comenzará a las 6:00. Más a seguir a medida que la fecha se acerque.

La PTA tendrá una recaudación de fondos y comida el martes 7 de febrero de 5:00-8:00 pm en A Great Notion, 2204 NE Alberta St. # 101 Portland, OR 97211. A Great Notion es generosamente donara el 15% de sus ingresos de la noche al Programa de Lectura de James John en el Verano de John PTA. Traiga a toda la familia! ¡Invita a tus amigos! Y por favor considere la posibilidad de traer alimentos pre-empacados o enlatados para nuestra despensa de alimentos escolares.

El martes 14 de febrero será nuestra próxima Noche de Burgerville de 5:00 a 8:00 pm. Estamos en necesidad de voluntarios para la noche, así que si usted está interesado por favor envíe un correo electrónico a Christine en jamesjohnvolunteer@gmail.com.

Escuelas Públicas de Portland reconoce la diversidad y el valor de todos los individuos y grupos y sus roles en la sociedad. Es la política de la Junta Escolar Públicas de Portland que no habrá discriminación o acoso a individuos o grupos por motivos de edad, color, credo, orientación discapacidad, estado civil, origen nacional, raza, religión, sexo, sexual o de cualquier programas educativos, actividades o empleo.

District Title VI & Title LX Contact: Carolyn M. Leonard, Compliance (503-916-3183)

District 504 Contact: Suzy Harris, Integrated Student Support (503-916-2000 x 74234)

American Disabilities Act Contact: Jeff Fish, HR Legal Counsel (503-916-3246)

Protect yourself and others this cold and flu season

Cold and flu season is here. While both cause sneezing, coughing, and runny noses, flu symptoms are often more severe and can include fever, fatigue, and body aches.

Just because people around you are sick, you don't have to get sick, too. You can keep yourself healthy by practicing a little proactive prevention. And if you do catch a cold or flu, be mindful to help protect others.

Handy tips for staying healthy

1. **Wash your hands often.** Frequent hand washing helps protect you from whatever bug is going around. Plain soap works just as well as antibacterial soap.
2. **Use hand sanitizer.** The alcohol in sanitizer gels and wipes helps kill cold and flu viruses you pick up from any surface you touch.
3. **Keep your face hands-free.** Try not to rub your eyes, nose, or mouth. Germs can enter your body this way, or be spread from your hands to others.
4. **Get your flu vaccine.** Flu vaccines are available from your health care provider, or from the School Based Health Center at Cesar Chavez, George MS, or Roosevelt HS.

If you get sick, be kind to yourself and others

1. **Stay home and rest.** Limit your exposure to others. Children, seniors, pregnant women, and those with weakened immune systems are at higher risk of getting sick.
2. **Drink lots of fluids.** Hot herbal tea, warm water, and chicken soup are especially good for congestion (runny or stuffy nose).
3. **Treat your aches and fever.** Acetaminophen or ibuprofen can help provide relief. Be sure to follow the instructions on the label, especially for children. Stay home for at least 24 hours after your fever is gone without using fever-reducing medicine.
4. **Cover your sneeze or cough.** Cough or sneeze into a tissue or your sleeve to trap the germs. If you cough into your hands, wash them as soon as you can. Use disposable tissues and throw them away immediately after each use.

Viruses – not bacteria – cause colds, flu, and chest colds. Antibiotics don't kill viruses, so they don't work for colds or flu.

Don't let a cold or flu become a setback. Stay well this season and thrive.

Protégase a sí mismo ya los demás esta temporada de gripe y frío

La temporada de gripe y resfriado está aquí. Aunque ambos causan estornudos, tos y nariz que moquea, los síntomas de la gripe a menudo son más graves y pueden incluir fiebre, fatiga y dolores corporales.

Sólo porque la gente alrededor de usted está enferma, usted no tiene que enfermarse, también. Usted puede mantenerse saludable practicando un poco de prevención proactiva. Y si usted toma un resfriado o gripe, tenga cuidado de ayudar a proteger a los demás.

Consejos prácticos para mantenerse saludable

- 1. Lávese las manos con frecuencia.** El lavado frecuente de las manos le ayuda a protegerse de cualquier enfermedad que esté sucediendo. El jabón funciona tan bien como el jabón antibacteriano.
- 2. Use desinfectante para manos.** El alcohol en geles desinfectantes y toallitas ayuda a matar a los virus del resfriado y la gripe que recoja de cualquier superficie que toque.
- 3. Mantenga su cara manos libres.** Trate de no frotarse los ojos, la nariz o la boca. Los gérmenes pueden entrar en su cuerpo de esta manera, o ser extendido de sus manos a otros.
- 4. Obtenga su vacuna contra la gripe.** Las vacunas contra la gripe están disponibles en su proveedor de atención médica, o en el Centro de Salud Escolar de Cesar Chavez, George MS o Roosevelt HS.

Si te enfermas, sé amable contigo mismo y con los demás

- 1. Quédese en casa y descanse.** Limite su exposición a otras personas. Los niños, los ancianos, las mujeres embarazadas y aquellos con sistemas inmunológicos debilitados corren mayor riesgo de enfermarse.
- 2. Beba muchos líquidos.** El té caliente de hierbas, agua tibia y sopa de pollo son especialmente buenos para la congestión (nariz congestionada o congestión).
- 3. Trate sus dolores y fiebre.** El acetaminofén o el ibuprofeno pueden ayudar a proporcionar alivio. Asegúrese de seguir las instrucciones de la etiqueta, especialmente para los niños. Quédese en casa por lo menos 24 horas después de que su fiebre haya desaparecido sin usar un medicamento para reducir la fiebre.
- 4. Cubra su estornudo o tos.** Tosa o estornude en un pañuelo o en la manga para atrapar los gérmenes. Si usted tose en sus manos, lávese tan pronto como pueda. Utilice los tejidos desechables y deséchelos inmediatamente después de cada uso.

Los virus, y no las bacterias, causan resfriados, gripe y resfriados en el pecho. Los antibióticos no matan a los virus, por lo que no trabajan para los resfriados o la gripe.

No deje que un resfriado o la gripe se conviertan en un revés. Mantente bien esta temporada y prospera.