

**Listos para la Universidad. Enfocados en la Carrera. Comprometidos con un Mundo Justo**

**Lunes 11 de marzo, 2019**



Estimadas familias de Roosevelt,  
Espero que hayan tenido un fin de semana tranquilo. Aquí hay algunos anuncios para la próxima semana.

### **ROTACIONES DE CLASE**

Lunes: Día A

Martes: Día B

Miércoles: Día A Flex

Jueves: Día B Flex

Viernes: Día A

### **PRÓXIMOS EVENTOS:**

12 de marzo - Café con el Director (español: 8-9 AM - Sala 105; inglés: 9-10 AM - Sala 105)

13 de marzo: Evento de la semana de Teen Tech (en la biblioteca durante la tarde)

13 de marzo: Juego de baloncesto entre el estudiante y el personal (en el gimnasio durante la tarde)

19 de marzo - Consejo del sitio (4:00 - 5:30 PM - Salón 105)

21 de marzo - Taller para padres de la Red Latina (6:00 - 7:30 PM)

25-29 de marzo - Vacaciones de primavera

### **ATLETISMO ESTA SEMANA**

[Aquí está el horario atlético](#) para la próxima semana. La primavera está en marcha! Por favor hágame saber si tiene preguntas. ADELANTE JINETES! - Sanjay

### **CUMPLEAÑOS ESTA SEMANA**

Fedora Copley (martes) y Aram Ansell (sábado). ¡Les deseamos un gran cumpleaños!

### **ACTUALIZACIONES DE LA BIBLIOTECA**

Verselandia es cada año más popular. Tal vez usted quiera obtener sus entradas

AHORITA. <https://www.portland5.com/arlene-schnitzer-concert-hall/events/2019-verselandia> – Betsy

## **NUEVA POSICION EN RHS**

Estamos planeando publicar para una posición de Community Family Engagement (Participación de la Comunidad y la Familia) para el año escolar 2019-2020. Si conoce a alguien que esté interesado en presentar una solicitud, anímelo a que se comunique conmigo. – Filip Hristić.

## **DE SU PTSA**

[Día de agradecimiento a la comunidad de RHS](#): Roosevelt tiene mucha suerte de ser apoyado por una comunidad tan comprometida que está dispuesta a ayudar cuando se lo solicite, ya sea contribuyendo a una recaudación de fondos, compartiendo su espacio con nosotros, actuando como patrocinadores de eventos o simplemente presentándose en Roosevelt. Nuestra comunidad da un paso al frente una y otra vez. Para mostrar nuestro aprecio por todo el amor a Roosevelt, el PTSA está brindando algunas oportunidades para que los estudiantes y las familias ayuden en la comunidad como una forma de agradecer. Los estudiantes, los padres y el personal están invitados a unirse a nosotros para nuestro primer [Evento de Reconocimiento a la Comunidad](#), programado para el sábado 16 de marzo de 10 am a 12 pm en la Plaza St. Johns. Ayudaremos con la limpieza del vecindario, ¡llueva o haga sol! - en conjunto con los promotores de negocios de St. Johns. Nos encantaría tener una representación de Roosevelt REALMENTE MASIVA para este y futuros eventos, así que por favor venga a ayudar, incluso si solo puede quedarse parte del tiempo. Venga con sus atuendos de Rider para que la gente sepa que le estamos enviando un enorme agradecimiento. Se proporcionarán suministros de limpieza.

Se necesitan voluntarios: dos veces al año, enviamos voluntarios para ayudar con el vestuario del distrito. Nuestro próximo turno es el 18 de marzo de 9:30 a 1:30. Sería genial si pudiéramos enviar 5 personas. Háganos saber si puede ayudar en [president.rhs.ptsa@gmail.com](mailto:president.rhs.ptsa@gmail.com).

**Fiesta de graduación:** Los detalles del evento están finalizados (¡va a ser una fiesta increíble!) Y ahora estamos en espera de que los estudiantes de último año se inscriban y recauden fondos. Si desea ayudar, o si conoce a alguien que esté interesado en patrocinar este evento, comuníquese con Sarah en [president.rhs.ptsa@gmail.com](mailto:president.rhs.ptsa@gmail.com).

**Prom:** Prom está a la vuelta de la esquina! Si tiene algún atuendo apropiado para el baile que ya no use (¿realmente va a usar ese vestido de dama de honor nuevamente?), considere donarlo a Roosevelt. Todo tipo de ropa formal y accesorios son bienvenidos y apreciados. Las donaciones se pueden dejar en la oficina principal.

**Armario de ropa:** Solo un recordatorio de que el vestuario de ropa de RHS, que asiste a más de 50 estudiantes y familias cada semana, siempre está buscando donaciones de ropa limpia, de uso ligero y apropiada para adolescentes, así como donaciones de nuevos calcetines y ropa interior. Si tiene artículos para donar, tráigalos a la oficina principal durante el horario escolar.

**Anote la fecha:** Nuestra próxima reunión de la PTSA será el miércoles 20 de marzo de 6:30 a 8:00.

Si tiene alguna pregunta o desea más información, comuníquese con uno de los miembros de nuestro consejo:

Sarah Carter Adams, presidente ..... president.rhs.pts@gmail.com

Edgar Navas, Vicepresidente ..... vp.rhs.pts@gmail.com

Amy Hash ..... secretary.rhs.pts@gmail.com

Scarlett Lynsky ..... treasurer.rhs.pts@gmail.com

Lorrie Landers ..... membership.rhs.pts@gmail.com

Más información sobre el PTSA se puede encontrar en nuestro sitio [webwww.rooseveltpts.com](http://webwww.rooseveltpts.com) , en nuestra página de Facebook en <https://www.facebook.com/RooseveltRiderFamily/o> en Instagram en @ roosevelt.pts.

### **SOLICITUD DE DONACIÓN**

Comunidad de Roosevelt, los estudiantes necesitan microondas comunales para usar durante el almuerzo. Si tiene un microondas que no está utilizando (¡pero aún funciona!), estamos aceptando donaciones en el Centro de Consejería. O si desea donar dinero para ayudar con la compra, comuníquese con Caitlin Clark (cclark3@pps.net). (

### **UNA MIRADA AL COMPORTAMIENTO DE LOS ADOLESCENTES**

Este episodio del podcast **The Hillarious World of Depression** explora las reflexiones de los comediantes adultos sobre su propia salud mental cuando eran adolescentes. Es un gran vistazo a los entresijos de cómo la depresión / ansiedad / etc se muestran temprano en la vida. También incluye sugerencias indirectas sobre cómo podemos apoyar mejor a los adolescentes cuando están mostrando síntomas. \*hay partes muy breves de lenguaje explícito \* - Caitlin Clark

<https://www.apmpodcasts.org/thwod/2018/10/figuring-out-regular-adolescent-behavior-vs-alarming-disorder-with-jen-kirkman>

### **PRESENTACIONES DE CLASE SOBRE TEMAS DE SALUD MENTAL**

Para aquellos de ustedes que aún no conozco, soy Avy Harris, pasante de trabajo social que trabaja con Caitlin Clark en el departamento de asesoramiento. Estoy más que feliz

de trabajar con usted para hacer un taller sobre una variedad de temas relacionados con la salud mental. Los temas potenciales incluyen: cómo ayudar a un amigo que está teniendo dificultades; uso / abuso de sustancias; comunicación / relaciones saludables; manejo del estrés; recursos de salud mental, etc. Si cree que su clase podría beneficiarse de esta información, comuníquese conmigo o con Caitlin Clark.

### **SE NECESITAN CHAPERONES**

Personal y familias de RHS, los estudiantes de liderazgo de Roosevelt están buscando chaperones para el baile de graduación que se llevará a cabo en el salón Elysian Ballroom el sábado 27 de abril de 8:00 p.m. a 11:00 p.m. ¡El lugar se encargará de toda la preparación / limpieza y proporcionará a los acompañantes café y té de cortesía durante toda la noche! Si está disponible para ayudar, lo agradeceríamos enormemente. Para registrarse, por favor [haga clic aquí](#). Atentamente, RHS Liderazgo de Estudiantes. Para preguntas adicionales, comuníquese con el Director de Actividades de RHS Noel Tamez al [ntamez@pps.net](mailto:ntamez@pps.net) o llame al (503) 916-5260. ¡Gracias!

### **DEMOSTRACIONES DE ATENCIÓN PLENA (MINDFULNESS)**

Maestros, ¡me gustaría ofrecer demostraciones de atención plena de 20 a 30 minutos para sus alumnos! A medida que avanza el año, un breve descanso en clase le ofrece a usted y a sus alumnos prácticas útiles para conectarse con ellos mismos y con los demás. Estas herramientas son sumamente fundamentales para apoyar el bienestar mental y crear una conexión en el salón de clases, que se extiende a toda nuestra escuela. Estoy disponible hasta fin de año para asistir a sus clases y recibir apoyo en los días A y B. - Madeline Harmon

### **ENLACE DE ANUNCIOS DE ESTUDIANTES**

¿Le gustaría poner algo en los anuncios de Rider que se envían a los estudiantes los lunes y jueves? Si es así, [aquí está la forma de usar](#) ! - Noel Tamez

### **NOTICIAS SEMANALES**

¿Tiene un artículo que le gustaría incluir, con respecto a un próximo evento en Roosevelt, o buenas noticias sobre nuestros estudiantes? Envíe un correo electrónico a Kim Castle ([kcastle@pps.net](mailto:kcastle@pps.net)) antes del mediodía del viernes para que se incluya en las Noticias Semanales del lunes. ¿Quiere ver una noticia de semanas anteriores? Se encuentran en el sitio web de Roosevelt en "Mensaje del director".

Filip Hristić, Director  
Escuela Preparatoria Roosevelt

Escuelas Públicas de Portland