



## IMPORTANT DATES AND REMINDERS

**Every Wednesday 9:30am - 10am**  
Wednesday All School Share

**Tuesday, November 3rd**  
Election Day FULLY REMOTE DAY\*

\*every day, *infact, is fully remote until further notice.*  
See more details at [https://www.bostonpublicschools.org/  
Reopening](https://www.bostonpublicschools.org/Reopening)

**Wednesday, November 11th**  
No School ~ Veterans Day

October 30, 2020

Volume 24, Issue 6

## Building Relationships

Hi Mission Hill Families and Staff,



In each child's life they have that one teacher or person who has made a huge difference in their learning, has inspired them to become a lifelong learner. The experiences they have had were built around solid, caring relationships.

Building relationships with students is essential to students' engagement in learning. Children are looking to us as adults to keep it together and be a force of stability in a world that has drastically changed from what they know it as. This new way of learning on screen has taken away that face to face or human contact that is essential to our children. Here are some ideas as a school family we can do together to help our child build those meaningful relationships:

- Each child can create a personalized set of "mood cards," using each to identify a specific mood and perhaps add a brief explanation or sketch. When students enter zoom, they can show you their card of the day, which gives you a sense of how they feel.
- A lot of self-hugging or air hugging has been going on to demonstrate a real hug in the absence of a real hug. If you know me, I am a hugger by nature. If you feel the urge to tell the kids you love them and support them, cross your arms over your own shoulders in a hug to express the practice of safe distance-hugging or open your arms wide and shout air hugs to all.
- Don't give up on the greetings, even when there is no audible response or just a grunt. "Good morning" goes a long way even if we don't see a smile, as does "It's so nice to see you" and "I'm glad you're here today."
- To help reinforce our core value of kindness, pick a student each day or each week to be a "happiness ambassador" and bring smiles to the classroom. That can be in the form of a prepared joke, a funny story, or just going around and asking for a celebration or piece of good news.
- Acknowledge the frustration you feel honestly and openly with students, but with an empowering slant: "I really want you to know that it's hard for me not to see your face or be closer to help you out, and I know you might feel the same way. But I'm not going to give up, and I would love to hear some of your ideas for making this class as enjoyable as possible." By expressing your feelings, students will appreciate a perspective that they were likely unaware of.

No matter what strategies you try, here's the bottom line: don't give up. Together we are an awesome team, and our children can only succeed through our strong partnership.

*Donna Lashus*  
Family Liaison



October 30, 2020

Volume 24, Issue 6

## Music News - Cara

Over the last few weeks, Mission Hill Students have been exploring the ways in which music reflects our emotions. We've listened to Twisted Sister's, "We're Not Gonna Take It", to Astrud Gilberto's, "Girl from Ipanema", to Daler Mehndi's, "Tunak Tunak Tun", and then arranged them by Zone of Regulation.

Similarly, our 5-8th graders are doing some incredible work with identifying the ways in which they themselves are artists. In completing our Artist Persona project, students outlined their musical influences, style, and most importantly, their stage name. Stay tuned to hear more from artists like Smoove Nate, Andrea, MoCoPR-\_, jasmine, Alftlii, mrjimjam and more.

## Physical Education/Wellness - Mr. Rivera

Physical Education has been evolving very nicely, as I and our students continue to adjust to our new reality. In Physical education we have been focusing on fitness. It is imperative that children get as much exercise as possible. These activities are easily done in minimal space.

In addition to fitness since last week I began implementing some mini lessons focusing in nutrition, hygiene, and oral care. In hygiene students are developing awareness about the importance of keeping clean due to the fact that germs are everywhere including on our bodies. I also want to express my excitement in seeing so many adults engaging in my lessons. This includes many of our own staff and caregivers at home alike. Keep on moving!!!

## Art News - Meg

This past week in art, students in grades K0-2 learned about American artist, Keith Haring by reading the book, "Keith Haring: The Boy Who Just Kept Drawing".

Students learned that Keith began drawing at a young age, learning from his father. From that time on, Keith never stopped drawing. Keith grew up to receive international recognition, bringing his pop-art style work around the world. Keith believed that "art is for everyone" and created many public murals so everyone had the opportunity to see his work.

You can watch a read aloud of "Keith Haring: The Boy Who Just Kept Drawing" [here](#).

## STEAM News - Miss Anthea

Essential to creating an environment for optimal learning, are the conditions that communicate to students that they are safe and supported. My approach to STEAM these past few weeks has been to focus on those conditions. Cultivating a climate of safety is my top priority. For me, this means working to mitigate the stress and anxieties caused by unknowns. Through structures that are predictable, consistent, and incorporate students' voices, grades 5 through 8 have used technology to create narratives about themselves and their personal experiences with problem solving. Moving forward, we will integrate collaborative problem to design equity-centered solutions that meet community needs.



October 30, 2020

Volume 24, Issue 6

## Learning Coach News - Priya

Change is the only constant. It is something us humans should be used to, yet it can be a challenge to adapt. This year at Mission Hill I had to adjust to an unexpected change when I transitioned from the 3/4 team to the 7/8 team. My initial thoughts were of reluctance. I loved working with the 3/4 grade students and I had great relationships with all the teachers as well. I was not ready for a switch! However given the circumstances at the time, this change was necessary. After thinking about it for a day or two, I decided to look at this shift as an opportunity for learning and professional growth. I would be able to draw upon my past teaching experience with OSDC students at East Boston High School to support students in grades 7/8. My new 7/8 colleagues have been so welcoming and I am forging positive relationships with my new students. Having the right attitude has helped me considerably. I look forward to having a productive school year.      Challenge accepted, bring it on!

## Learning Coach News - Tacita

Hello Families,  
My name is Ms.Tacita Alexander-Porter and I am an English as a Second Language and Special Education Teacher, working as a Learning Coach, for the 2020-2021 school year at Mission Hill. This is my first year at our school and I have been working collaboratively with my colleagues in K-Quad, 1st/2nd grade band and interacting with our wonderful families. When I first came on board, I had the pleasure of working closely with the 7th/8th grade band members and our students. The staff has been very supportive, thoughtful and welcoming and met my needs to change grade bands, so I can work more effectively with the students I currently serve. I am so grateful for the opportunity to work with numerous staff and students in a short period of time and for the flexibility, grace and humility I experienced from everyone during these unprecedeted times. I look forward to getting to know the entire Mission Hill community!

## Learning Coach News - Joel

The famous abolitionist educator, Bettina Love, recently commented that the notion that every child could have a school chromebook in their home was once unimaginable. However, when the pandemic hit, it became an almost overnight reality. In this trying time, change is coming more rapidly than ever. While much of that change is negative, there is positive change as well. Teaching remotely is a new challenge, but I hope that we can see how it also poses new opportunities. For example, I've reduced student wait time with virtual slide decks, given more choice with game piece colors and tailored activities with custom word lists. These may be small advantages, but they are new opportunities becoming available through online learning. May we all keep our eyes open to the newly possible good in this moment.

## Social Worker News - Ginnelle

In today's busy world, and especially in a zoom classroom, it can be hard to pay attention to one thing at a time. We are busy and have lots to do! Our brains deserve a break! Mindfulness helps us feel less stress and to stay calm in stressful situations. We have to teach our brains to do this, just like we teach it reading or music. The best part is mindfulness can be practiced at any age! Here are some free resources to start your mindfulness journey:



Boston Public Schools (Please see the "To Reduce Stress" section:

<https://www.bostonpublicschools.org/Page/8185>

New York Times Article Mindfulness for Children:  
<https://www.nytimes.com/guides/well/mindfulness-for-children>



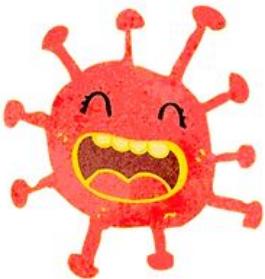
October 30, 2020

Volume 24, Issue 6

## School Nurse News - Georgie & Mary Ann

Here is a new book for children that deals with the emotional aspects of COVID that you might find useful. The book comes in different languages and was sent to me from the American Psychiatric Nurses Association. You can download it here:

[www.mindheart.co/descargables](http://www.mindheart.co/descargables)



## Speech & Language News - Alexia

During a typical year, Mission Hill students would spend a lot of time outside exploring different areas around Boston, finding signs of Fall. Even though students are not in school now, they can still engage in such activities. Parents can go outside with their children on a Fall Scavenger Hunt helping them find different signs of Fall. Talk about the way these items look and how they feel. Ask them questions about those items, such as, what is something you like, or you don't like about this. Children are curious in their nature and tapping into this curiosity can help them grow and learn new things!

<https://www.teacherspayteachers.com/Product/Autumn-Scavenger-Hunt-to-Build-Speech-and-Language-Skills-6088315>

## Instructional Coach News - Matt

Hello Mission Hill Students and Families!

My name is Matt Shuman and I am tremendously excited to be joining Mission Hill this year as an instructional coach for teachers. While it may not be a school job that you're familiar with, I think it is a really important one! Day to day my job is to observe classes, offer feedback to teachers, and meet with teachers to discuss their ideas for how to improve teaching and learning.

Please reach out to me if you would ever like to discuss your experience at Mission Hill!!



## Occupational Therapy News - Marion

Sometimes in remote learning, all we can think about is "When's the next break?!" Some MHS students who receive OT services are designing their own 1 - 2 minute movement breaks to help them stay learning ready. A fourth grader is learning to do body scans (close eyes and listen to the speed/energy of breath, heart and thoughts), then choose slow breathing to calm or jumping jacks to become more alert. A sixth grader is trying different stretches and movements to do without standing up so the break can be superfast. During long stretches online, mini breaks staying in the chair can quickly help with focusing as well as preventing eye, back or wrist fatigue. Try neck circles, slow breathing, bending forward, closing eyes and shaking out hands.



## Helpful Links

[BPS Calendar 2020-2021](#)

[BPS Student At Home Health Daily Checklist](#),

available in the 10 BPS languages

[BPS Reopening Resources](#)

October 30,2020

Volume 24, Issue 6

## ADDITIONAL UPDATES

### Free Meal Super Sites

**BPS Super Sites are open on Mondays and Thursdays, 10:00 a.m. to 6:00 p.m.** BPS families can pick up free breakfasts and lunches. Some locations also provide free toiletries and free groceries on select days! The Chinatown location at the Josiah Quincy Elementary School is open on Wednesdays, 10:00 am to 6:00 p.m.

Details and full list of locations: [bostonpublicschools.org/freemeals](http://bostonpublicschools.org/freemeals)

### Flu Shots Update from Georgie Marks

Students will be expected to have received a flu vaccine by December 31, 2020 for the 2020-2021 influenza season, unless either a medical or religious exemption is provided. Also exempted are K-12 students who are homeschooled and higher education students who are completely off-campus and engaged in remote learning only. This new flu immunization requirement to enter school in January is in addition to existing vaccine requirements for all those attending child care, preschool, K-12, and colleges and universities in Massachusetts. **Elementary and secondary students in districts and schools that are using a remote education model are not exempt.**

### BPS Technology Help Family Hotline

The BPS Technology hotline for families is now active again and they are working to expand language options. The number is **617-635-8873**.



Geralyn Bywater McLaughlin y  
Jennera Williams,  
co-maestras líderes

Deborah Meier, fundadora  
Ayla Gavins, ex directora  
Dra. Brenda Cassellius, superintendente



Mission Hill K-8 School  
A Boston Public Pilot School  
[WWW.MISSIONHILLSCHOOL.ORG](http://WWW.MISSIONHILLSCHOOL.ORG)  
Este boletín , y un archivo de boletines  
anteriores, se encuentra en nuestro  
sitio web.



20 Child Street  
Jamaica Plain, MA 02130  
(entrada de Carolina Avenue)

T 617-635-6384  
F 617-635-6419





## FECHAS Y RECORDATORIOS IMPORTANTES

Todos los miércoles de 9:30 a.m. a 10 a.m.

Miércoles Toda la escuela comparte

### Martes, 3 de noviembre

Día de las elecciones DÍA COMPLETAMENTE REMOTO \*

\* de hecho, todos los días serán completamente remoto hasta nuevo aviso.

Ver más detalles en [https://www.bostonpublicschools.org/  
Reapertura](https://www.bostonpublicschools.org/Reapertura)

### Miércoles 11 de noviembre

No hay clases ~ Día de los veteranos

Octubre 30, 2020

Volumen 24, Edición 6

## Estableciendo relaciones

Hola, familias y personal de Mission Hill:



En la vida de cada niño, un maestro o persona que ha marcado una gran diferencia en su aprendizaje, los ha inspirado a convertirse en aprendices de por vida. Las experiencias que han tenido se basan en relaciones sólidas y afectuosas.

Establecer relaciones con los estudiantes es esencial para su participación en el aprendizaje. Los niños nos buscan como adultos para mantenernos unidos y ser una fuerza de estabilidad en un mundo que ha cambiado drásticamente de lo que ellos conocen. Esta nueva forma de aprender en pantalla nos ha quitado ese contacto cara a cara o humano que es imprescindible para nuestros hijos.

Aquí hay algunas ideas que como familia escolar podemos hacer juntos para ayudar a nuestros niños a construir esas relaciones significativas:

- Cada niño puede crear un conjunto personalizado de "tarjetas de estado de ánimo", usando cada una para identificar un estado de ánimo específico y quizás agregar una breve explicación o bosquejo. Cuando los estudiantes ingresen al zoom, pueden mostrarte su tarjeta del día, lo que te da una idea de cómo se sienten.
- Se han producido muchos abrazos a sí mismos o abrazos al aire para demostrar un abrazo real en ausencia de un abrazo verdaderamente real. Si me conoces, soy una abrasadora por naturaleza. Si sientes la necesidad de decírselo a los niños que los amas y apoyarlos, cruce los brazos sobre sus propios hombros en un abrazo para expresar la práctica del abrazo a distancia segura o abra los brazos y grite abrazos de aire para todos.
- No renuncies a los saludos, incluso cuando no haya una respuesta audible o solo un gruñido. "Buenos días" es muy útil incluso si no vemos una sonrisa, al igual que "Es un placer verte" y "Me alegra de que estés aquí hoy".
- Para ayudar a reforzar nuestro valor fundamental de la bondad, elija un estudiante cada día o cada semana para que sea un "embajador de la felicidad" y lleve sonrisas al aula. Puede ser en forma de una broma preparada, una historia divertida o simplemente yendo alrededor y pidiendo una celebración o una buena noticia que alguien quiera compartir.
- Reconozca la frustración que siente de manera honesta y abierta con los estudiantes, pero con un sesgo empoderador: "Realmente quiero que sepas que es difícil para mí no ver tu rostro o estar más cerca para ayudarte, y sé que tú también podrías estar sintiendo lo mismo. Pero no me voy a rendir y me encantaría escuchar algunas de tus ideas para hacer que esta clase sea lo más agradable posible". Al expresar sus sentimientos, los estudiantes apreciarán una perspectiva que probablemente no conocían.

No importa qué estrategias intente, aquí está la conclusión: no se rinda. Juntos somos un equipo increíble y nuestros niños solo pueden tener éxito a través de nuestra sólida asociación.

Donna Lashus  
Enlace familiar de



Octubre 30, 2020

Volumen 24, Edicion 6

## Noticias de musica- Cara

Durante las últimas semanas, los estudiantes de Mission Hill han estado explorando las formas en que la música refleja nuestras emociones. Hemos escuchado "No vamos a tomarlo" de Twisted Sister, "Chica de Ipanema" de Astrud Gilberto, "Tunak Tunak Tun" de Daler Mehndi, y luego los hemos ordenado por Zona de Regulación.

De manera similar, nuestros estudiantes de quinto a octavo grado están haciendo un trabajo increíble para identificar las formas en que ellos mismos son artistas. Al completar nuestro proyecto Artist Persona, los estudiantes describieron sus influencias musicales, estilo y, lo más importante, su nombre artístico. Estén atentos para escuchar más de artistas como Smoove Nate, Andrea, MoCoPR -\_, jasmine, Alftlii, mrjimjam y más.

## Educación física / Bienestar - Mr. Rivera

La Educación Física ha estado evolucionando muy bien, mientras nuestros estudiantes y yo continuamos adaptándonos a nuestra nueva realidad. En Educación Física nos hemos centrado en el estado físico. Es imperativo que los niños hagan todo el ejercicio posible. Estas actividades se realizan fácilmente en un espacio mínimo.

Además del estado físico, desde la semana pasada comencé a implementar algunas mini lecciones enfocadas en nutrición, higiene y cuidado bucal. En higiene, los estudiantes están desarrollando conciencia sobre la importancia de mantener la limpieza debido al hecho de que los gérmenes están en todas partes, incluso en nuestros cuerpos. También quiero expresar mi entusiasmo al ver a tantos adultos participando en mis lecciones. Esto incluye a muchos de nuestro propio personal y cuidadores en el hogar por igual. ¡Sigue moviéndote!

## Noticias de arte - Meg

La semana pasada en arte, los estudiantes de los grados K0-2 aprendieron sobre el artista estadounidense Keith Haring leyendo el libro "Keith Haring: El niño que siguió dibujando".

Los estudiantes aprendieron que Keith comenzó a dibujar a una edad temprana, aprendiendo de su padre. A partir de ese momento, Keith nunca dejó de dibujar. Keith creció para recibir reconocimiento internacional, llevando su trabajo de estilo pop art por todo el mundo. Keith creía que "el arte era para todos" y creó muchos murales públicos para que todos tuvieran la oportunidad de ver su trabajo.

Puede ver una lectura en voz alta de "Keith Haring: El niño siguió dibujando" [aquí](#).

## Noticias de STEAM - Anthea

Esencial para crear un ambiente para un aprendizaje óptimo, son las condiciones que les comunican a los estudiantes que están seguros y apoyados. Mi enfoque de STEAM estas últimas semanas ha sido centrarme en esas condiciones. Cultivar un clima de seguridad es mi máxima prioridad. Para mí, esto significa trabajar para mitigar el estrés y las ansiedades causadas por las incógnitas. A través de estructuras que son predecibles, consistentes e incorporan las voces de los estudiantes. Los grados 5 a 8 han utilizado la tecnología para crear narrativas sobre ellos mismos y sus experiencias personales con la resolución de problemas. En el futuro, integraremos el problema colaborativo para diseñar soluciones centradas en la equidad que cumplan necesidades de la comunidad.



Octubre 30, 2020

Volumen24, Edicion 6

## Noticias del entrenador de aprendizaje - Priya

El cambio es lo único constante. Es algo a lo que los humanos deberíamos estar acostumbrados, pero adaptarnos puede ser un desafío. Este año en Mission Hill tuve que adaptarme a un cambio inesperado cuando hice la transición del equipo 3/4 al equipo 7/8. Mis pensamientos iniciales fueron de relucencia. Me encantó trabajar con los estudiantes de 3/4 grado y también tuve excelentes relaciones con todos los maestros. ¡No estaba lista para un cambio! Sin embargo, dadas las circunstancias en ese momento, este cambio era necesario. Después de pensarla durante uno o dos días, decidí considerar este cambio como una oportunidad de aprendizaje y crecimiento profesional. Podría aprovechar mi experiencia pasada en la enseñanza con estudiantes de OSDC en East Boston High School para apoyar a los estudiantes en los grados 7/8. Mis nuevos colegas de 7/8 han sido muy acogedores y estoy forjando relaciones positivas con mis nuevos estudiantes. Tener la actitud correcta me ha ayudado considerablemente. Espero tener un año escolar productivo. Desafío aceptado, ¡adelante!

## Noticias del entrenador de aprendizaje - Tacita

Hola familias,

Mi nombre es la Sra. Tacita Alexander-Porter y soy maestra de inglés como segundo idioma y educación especial, trabajando como entrenadora de aprendizaje, para el año escolar 2020-2021 en Mission Hill. Este es mi primer año en nuestra escuela y he estado trabajando en colaboración con mis colegas en K-Quad, 1er / 2do grado e interactuando con nuestras maravillosas familias. Cuando me incorporé por primera vez, tuve el placer de trabajar en estrecha colaboración con los miembros del equipo de 7 / 8 grado y nuestros estudiantes. El personal me ha apoyado mucho, ha sido atento y acogedor, y ha satisfecho mis necesidades de cambiar las bandas de grados, para que pueda trabajar de manera más eficaz con los estudiantes a los que actualmente sirvo. Estoy muy agradecido por la oportunidad de trabajar con numerosos miembros del personal y estudiantes en un corto período de tiempo y por la flexibilidad, la gracia y la humildad que experimenté de parte de todos durante estos tiempos sin precedentes. ¡Espero conocer a toda la comunidad de Mission Hill!

## Noticias del entrenador de aprendizaje - Joel

La famosa educadora abolicionista, Bettina Love, comentó recientemente que la idea de que todos los niños pudieran tener un Chromebook escolar en su hogar algún día fue inimaginable. Sin embargo, cuando ocurrió la pandemia, se convirtió en una realidad casi de la noche a la mañana. En estos tiempos difíciles, el cambio se está produciendo más rápidamente que nunca. Si bien gran parte de ese cambio es negativo, también hay un cambio positivo. Enseñar a distancia es un nuevo desafío, pero espero que podamos ver cómo también presenta nuevas oportunidades. Por ejemplo, he reducido el tiempo de espera de los estudiantes con plataformas de diapositivas virtuales, he dado más opciones con colores de piezas de juego y actividades personalizadas con listas de palabras personalizadas. Estas pueden ser pequeñas ventajas, pero son nuevas oportunidades que están disponibles a través del aprendizaje en línea. Que todos podamos mantener nuestros ojos abiertos al posible nuevo bien en este momento.

## Noticias del trabajador social- Ginnelle

En el ajetreado mundo actual, y especialmente en un aula con zoom, puede ser difícil prestar atención a una cosa a la vez. ¡Estamos ocupados y tenemos mucho que hacer! ¡Nuestros cerebros merecen un descanso! La atención plena nos ayuda a sentir menos estrés y a mantener la calma en situaciones estresantes. Tenemos que enseñarle a nuestro cerebro a hacer esto, al igual que le enseñamos a leer o escuchar música. ¡La mejor parte es que la atención plena se puede practicar a cualquier edad! Estos son algunos recursos gratuitos para comenzar su viaje de atención plena:



Escuelas públicas de Boston (consulte la sección "Para reducir el estrés":

<https://www.bostonpublicschools.org/Page/8185>

Artículo del New York Times Mindfulness for Children:

<https://www.nytimes.com/guides/well/mindfulness-for-children>



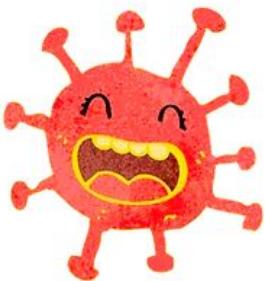
Octubre 30, 2020

Volumen 24, Edicion 6

## Noticias de la enfermera - Georgie & Mary Ann

Aquí hay un nuevo libro para niños que trata sobre los aspectos emocionales del COVID y que pueden resultar útiles. El libro viene en diferentes idiomas y me lo envió la Asociación Estadounidense de Enfermeras Psiquiátricas. Puedes descargarlo aquí:

[www.mindheart.co/descargables](http://www.mindheart.co/descargables)



## Noticias de habla y lenguaje- Alexia

Durante un año típico, los estudiantes de Mission Hill pasaban mucho tiempo afuera explorando diferentes áreas alrededor de Boston, encontrando señales de otoño. Aunque los estudiantes no están en la escuela ahora, todavía pueden participar en tales actividades. Los padres pueden salir con sus hijos en una búsqueda del tesoro de otoño para ayudarlos a encontrar diferentes signos de otoño. Hable sobre cómo se ven estos artículos y cómo se sienten. Hágales preguntas sobre esos elementos, como qué es lo que le gusta o no le gusta de esto? Los niños son curiosos por naturaleza y aprovechar esta curiosidad puede ayudarlos a crecer y aprender cosas nuevas.

<https://www.teacherspayteachers.com/Product/Autumn-Scavenger-Hunt-to-Build-Speech-and-Language-Skills-6088315>

## Noticias del entrenador de instrucción - Matt

¡Hola, estudiantes y familias de Mission Hill!

Mi nombre es Matt Shuman y estoy tremadamente emocionado de unirme a Mission Hill este año como entrenador de instrucción para maestros. Si bien es posible que no sea un trabajo escolar con el que esté familiarizado, ¡creo que es realmente importante! Día a día, mi trabajo es observar las clases, ofrecer comentarios a los maestros y reunirme con los maestros para discutir sus ideas sobre cómo mejorar la enseñanza y aprendizaje.

Comuníquese conmigo si alguna vez desea hablar sobre su experiencia en Mission Hill.



## Noticias de Terapia Ocupacional - Marion

A veces, en el aprendizaje remoto, todo lo que podemos pensar es "¿Cuándo es el próximo descanso?" Algunos estudiantes de MHS que reciben servicios de OT están diseñando sus propios descansos de movimiento de 1 a 2 minutos para ayudarlos a estar preparados para aprender. Un estudiante de cuarto grado está aprendiendo a hacer exploraciones corporales (cerrar los ojos y escuchar la velocidad / energía de la respiración, el corazón y los pensamientos), luego elegir la respiración lenta para calmarse o saltos para estar más alerta. Un estudiante de sexto grado está probando diferentes estiramientos y movimientos para hacer sin ponerse de pie, de modo que el descanso pueda ser super rápido. Durante largos períodos de tiempo en línea, los pequeños descansos en la silla pueden ayudar rápidamente a concentrarse y a prevenir la fatiga de los ojos, la espalda o la muñeca. Pruebe hacer círculos en el cuello, respirar lentamente, inclinarse hacia adelante, cerrar los ojos y estrechar las manos.



[Calendario de BPS 2020-2021](#)

[Lista de verificación diaria de salud para estudiantes en el hogar de BPS](#), disponible en los 10 idiomas de

[BPS Recursos de reapertura de BPS](#)

Octubre 30, 2020

Volumen 24, Edición 6

## **ACTUALIZACIONES ADICIONALES**

### **Súper sitios de comidas gratis**

Los Super sitios de comidas gratis de BPS están abiertos los **lunes y jueves**, de 10:00 am a 6:00 pm Las familias de BPS pueden recoger desayunos y almuerzos gratis. Algunas ubicaciones también ofrecen artículos de tocador y comestibles gratuitos en días seleccionados. La ubicación de Chinatown en la escuela primaria Josiah Quincy está abierta los miércoles de 10:00 a.m. a 6:00 p.m.

Detalles y lista completa de ubicaciones: [bostonpublicschools.org/freemealsvacunas contra lahayan contraido la](http://bostonpublicschools.org/freemealsvacunas contra lahayan contraido la)

### **Actualización de gripe de Georgie Marks**

Se espera que los estudiantes hayan recibido la vacuna para la gripe antes del 31 de diciembre de 2020 para la temporada de influenza 2020-2021, a menos que se proporcione una excepción médica o religiosa. También están exentos los estudiantes K-12 que son educados en el hogar y los estudiantes de educación superior que están completamente fuera del campus y solo participan en el aprendizaje remoto. Este nuevo requisito de vacunación contra la influenza para ingresar a la escuela en enero se suma a los requisitos de vacunación existentes para todos los que asisten a guarderías, preescolares, jardín de infantes a 12 grado y colegios y universidades en Massachusetts. **Los estudiantes de primaria y secundaria en distritos y escuelas que utilizan un modelo de educación remota no están exentos.**

### **Línea de ayuda de Tecnología BPS para familias**

La línea de tecnología BPS para las familias está nuevamente activa y están trabajando para ampliar las opciones del idioma. El número es **617-635-8873**



Geralyn Bywater McLaughlin y  
Jennera Williams,  
co-maestras líderes

Deborah Meier, fundadora  
Ayla Gavins, ex directora  
Dra. Brenda Cassellius, superintendente



Mission Hill K-8 School  
A Boston Public Pilot School  
[WWW.MISSIONHILLSCHOOL.ORG](http://WWW.MISSIONHILLSCHOOL.ORG)  
Este boletín , y un archivo de boletines anteriores, se encuentra en nuestro sitio web.



20 Child Street  
Jamaica Plain, MA 02130  
(entrada de Carolina Avenue)

T 617-635-6384  
F 617-635-6419

