

COUNSELOR'S CORNER



LAS FLORES ELEMENTARY SCHOOL |
MARCH 2023



QR CODE FOR CLICKABLE
LINKS IN NEWSLETTER

IN THE CLASSROOM

SCHOOL COUNSELOR ACTIVITIES

KINDNESS SPIRIT WEEK

- Kindness Spirit Week is March 20th-24th
- Click [here](#) for the Kindness Spirit Week flier
- Click [here](#) for Kindness Week Picture Contest
- Kindness Stations - All students will have the opportunity to participate in 4 kindness stations during recess
- Kindness Challenge Checklist - Students who complete the kindness challenge will receive a prize
- "Be the i in Kind" photo op



KINDNESS CUBS

Kindness Cubs had fun creating the "Take What You Need" station for our students to enjoy for Kindness Spirit Week! Kindness Cubs will also be managing each Kindness Station during spirit week and are ready to display their kindness messages on the blacktop with chalk!



MARCH CLASSROOM LESSONS

- TK/K: Kindness at School
- 1st: Ways to be Kind
- 2nd: What is Empathy?
- 3rd: Kindness & Friendship
- 4th: The Same but Different
- 5th: Empathy in the Community

HIGHLIGHT OF THE MONTH

MARCH IS NATIONAL NUTRITION AWARENESS MONTH

Parent Tips for Increasing Healthy Eating

Recent studies have demonstrated that nutrition affects students' thinking skills, behavior, and health, all factors that impact academic performance.

Make Healthy Food Available

Stock your kitchen with healthy foods. Your kids can't eat unhealthy foods at home if it's not accessible.



Eat Together

Kids who eat meals with their family are more likely to eat fruits, veggies, & other healthy foods.



Involve your Kids

Kids love to help! Take your children to the grocery store with you and have the pick out healthy foods.



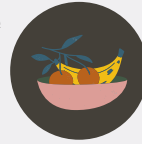
Be a Role Model

Show your kids how to eat healthy. Your children are watching. They will follow your lead.



Make Healthy Food Visible

Place healthy foods where they are easy to see and access.



Cook Together

Make it fun! Together with your kids, pick a healthy recipe to create!



RESOURCES

TIPS FOR PARENTS/GUARDIANS:

- Healthy Tips for Active Play: [Click here!](#)
- Tips for picky eaters: [Click here!](#)
- March is also a month of recognizing the importance of sleep: [Click here for more!](#)



LAS FLORES ELEMENTARY SCHOOL COUNSELOR KATREENA GAVRILA, M.S., P.P.S.



- ✉ kegavrila@capousd.org
- 🌐 [Counselor's corner website](#)
- 📅 [Schedule: M, T, & e/o W 7:30-3PM](#)
- 📞 (949) 589-6935

RINCÓN DEL CONSEJERO



LAS FLORES ELEMENTARY SCHOOL |
MARZO 2023



CÓDIGO QR PARA HACER CLIC
ENLACES EN BOLETÍN

EN EL AULA

ACTIVIDADES DEL CONSEJERO ESCOLAR SEMANA DEL ESPÍRITU DE BONDAD

- La Semana del Espíritu de Bondad es del 20 al 24 de Marzo
- Haga clic [aquí](#) para ver el volante de la Semana del Espíritu de Bondad
- Haga clic [aquí](#) para el Concurso de Fotografía de la Semana de la Bondad
- Estaciones de bondad: todos los estudiantes tendrán la oportunidad de participar en 4 estaciones de bondad durante el recreo.
- Desafío de bondad: los estudiantes que completen el desafío de bondad recibirán un premio
- Sesión de fotos "Sé el yo en especie"



CACHORROS DE OSO BONDAD

¡Kindness Cubs se divirtió creando la estación "Toma lo que necesites" para que nuestros estudiantes disfruten de la Semana del Espíritu de Bondad! ¡Los Kindness Cubs también administrarán cada Kindness Station durante la semana de espíritu y están listos para mostrar sus mensajes de bondad en el asfalto con tiza!



LECCIONES DE CLASE DE MARZO

- TK/K: Bondad en la Escuela
- 1º: Amabilidad y Amistad
- 2º: ¿Qué es la Empatía?
- 3º: Amabilidad y Amistad
- 4º: Lo Mismo pero Diferente
- 5º: Empatía en la Comunidad

LO MÁS DESTACADO DEL MES

MARZO ES EL MES NACIONAL DE CONCIENTIZACIÓN SOBRE LA NUTRICIÓN

Consejos para padres para aumentar la alimentación saludable

Estudios recientes han demostrado que la nutrición afecta las habilidades de pensamiento, el comportamiento y la salud de los estudiantes, todos factores que impactan el rendimiento académico.

Haga que los Alimentos Saludables estén Disponibles

Abastezca su cocina con alimentos saludables. Sus hijos no pueden comer alimentos poco saludables en casa si no es accesible.



Comer Juntos

Los niños que comen con su familia tienen más probabilidades de comer frutas, verduras y otros alimentos saludables.



Involucre a Sus Hijos

¡A los niños les encanta ayudar! Lleve a sus hijos al supermercado con usted y pídale que escojan alimentos saludables.



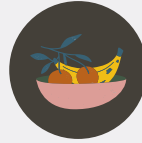
Se un Ejemplo a Seguir

Muestre a sus hijos cómo comer sano. Tus hijos están mirando. Ellos seguirán tu ejemplo.



Hacer Visible la Comida Saludable

Coloque los alimentos saludables donde sean fáciles de ver y acceder.



Cocinar Juntos

¡Hazlo divertido! ¡Junto con sus hijos, elija una receta saludable para crear!



RECURSOS

CONSEJOS PARA PADRES/TUTORES:

- Consejos saludables para el juego activo: [¡Haga clic aquí!](#)
- Consejos para comedores quisquillosos: [¡Haga clic aquí!](#)
- Marzo también es un mes para reconocer la importancia del sueño: [¡Haga clic aquí para obtener más información!](#)



CONSEJERO DE LA ESCUELA PRIMARIA LAS FLORES KATREENA GAVRILA, M.S., P.P.S.



- ✉ kegavrila@capousd.org
- 🌐 [Sitio web de la esquina del consejero](#)
- 📅 [Horario: L, MA, cada dos MI 7:30-3PM](#)
- 📞 (949) 589-6935