

Family Newsletter

December 2022 – February 2023

IMPORTANT INFORMATION & REMINDERS

- If your contact information has changed or you need to update your student's emergency contacts, please let Mrs. Truelove know.
- Remind your student to check the lost and found for jackets before break begins. Items will be collected and donated if not claimed.

NEWS FROM NURSE LACY

Tips to Beat the Frigid Winter

- ***LAYER UP** when headed out for an extended amount of time! Go in multiple layers and be sure to keep your head, neck, and hands covered.
- ***CHECK-IN WHILE PLAYING OUTSIDE.** Kids will play for hours in the snow if allowed. Change any wet clothing, gloves, hats, etc if they become wet to help prevent frostbite.
- ***WATCH FOR FROSTBITE SIGNS.** Presentation of grayish-yellow skin, hard or waxy-looking skin, clumsiness, or blistering after rewarming could indicate frostbite. Consider placing the affected area in warm, not hot water.
- ***HYPOTHERMIA** is an emergency situation. If presenting with intense shivering, slurred speech, drowsiness, or loss of consciousness, seek emergency attention right immediately.
- ***APPLY THE SUNSCREEN** if playing in the snow.
- ***WEAR A HELMET** when going sledding. Avoid hills with trees and rocks. Always monitor any sledding activity.
- ***STAY HYDRATED.** Don't overlook dehydration in the winter.
- ***HELP PREVENT NOSEBLEEDS.** With the air drier, nosebleeds are common. To help prevent nosebleeds, use a cold air humidifier and over-the-counter nasal saline drops.
- ***BE CAUTIOUS WITH FIRES.** With small children, consider a gate to help prevent burns and make sure you have smoke and carbon monoxide detectors in place and batteries are working.

CHARACTER STRONG

Our next Character Strong trait is empathy. One way to think about empathy is "understanding and connecting with other people's feelings." Empathy is a practice that can help us grow strong relationships. Empathy is 1 of 3 traits we will focus on throughout the year that helps students Be Kind. Throughout the school, students will be developing skills like perspective-taking, conflict resolution, and leadership.

UPCOMING DATES

December 13 - Site Council Meeting at 5:00
December 15 - Santa Visits at 10:00-12:30
December 16 - End of Quarter 2; Gym Sing at 8:30, Classroom Parties
December 19-January 3 - No School
January 4 - School resumes
January 16 - No School
February 14 - Parent Teacher Conferences
February 16 - No School; Parent Teacher Conferences
February 17 - No School

WHAT'S FOR LUNCH?

To view the breakfast and lunch menus, go to:

<https://usd470.nutrislice.com/menu/jefferson>

All students can eat breakfast for FREE.

LET'S CONNECT

Follow on on Facebook and Twitter at
@arkcityjeff

Go to the Jefferson Elementary website
for important information.

<https://jeff.usd470.com/>

PTO NEWS

December 1 - PTO Meeting at 6:30
January 5 - PTO Meeting at 6:30
February 2 - PTO Meeting at 6:30

Boletín Familiar

Diciembre 2022 – Febrero 2023

INFORMACIÓN IMPORTANTE Y RECORDATORIOS

- Si su información de contacto ha cambiado o necesita actualizar los contactos de emergencia de su estudiante, por favor informe a la Sra. Truelove.
- Recuérdale a su estudiante que revise las chaquetas que fueron perdidas y encontradas antes de salir de vacaciones. Los artículos que no sean recolectados serán donados.

NOTICIAS DE LA ENFERMERA LACY

Consejos para vencer el frío del invierno

- *¡PONTE CAPAS cuando salgas por un largo tiempo! Usa varias capas y asegúrate de mantener cubiertas la cabeza, cuello y las manos.
- *REGISTRATE AL JUGAR AFUERA. Los niños jugaran por horas en la nieve si se les permite. Cambie cualquier ropa, guantes, gorras, etc si estan mojadas para prevenir congelación.
- *PON ATENCIÓN A SEÑALES DE CONGELACIÓN. La presentación de la piel gris-amarilla, dura o de aspecto ceroso, distracción o ampollas después de calentarse puede indicar congelación. Considera poner la parte afectada en agua tibia, no caliente.
- *HIPOTERMIA es una situación de emergencia. Si se presenta con escalofríos intensos, dificultad para hablar, mareo, o pérdida del conocimiento, busque atención de emergencia de inmediato.
- *APLICA BLOQUEADOR SOLAR si van a jugar afuera.
- *USA CASCO cuando vayan a deslizar en nieve. Evita colinas con árboles y rocas. Siempre supervise cualquier actividad de deslizar en nieve.
- *MANTENTE HIDRATADO. No pases por alto la deshidratación en el invierno.
- *AYUDA A PREVENIR SANGRADO DE NARIZ. Con el aire más seco, es común que sangre la nariz. Para ayudar a prevenir el sangrado de nariz, use un humidificador de aire frío y gotas nasales de solución salina de venta libre.
- *SEA PRECAVIDO CON FUEGOS. Con niños pequeños, considere una reja para ayudar a prevenir quemaduras y asegúrate de tener detectores de humo y monóxido de carbono en su lugar y con baterías funcionando.

CARACTER FUERTE

Nuestro siguiente rasgo de Carácter Fuerte es la empatía. Una manera de pensar en la empatía es “entender y conectarse con los sentimientos de otras personas.” Empatía es una practica que nos puede ayudar a crear relaciones sólidas. Empatía es 1 de 3 rasgos en los que nos enfocaremos en el transcurso del año que les ayudará a los estudiantes a SER AMABLES. A lo largo de la escuela, los estudiantes desarrollarán habilidades como la toma de perspectiva, la resolución de conflictos y el liderazgo.

FECHAS PROXIMAS

- Diciembre 13 - Reunión del Consejo de Sitio a las 5:00
- Diciembre 15 - Santa Visita entre 10:00-12:30
- Diciembre 16 - Fin del Trimestre 2; Cantar en el Gimnasio 8:30, Fiestas de Salón de Clases
- Diciembre 19-Enero 3 - No Hay Clases
- Enero 4 - Regreso a Clases
- Enero 16 - No Hay Clases
- Febrero 14 - Conferencias de Padres y Maestros
- Febrero 16 - No Hay Clases; Conferencias de Padres y Maestros
- Febrero 17 - No Hay Clases

¿QUÉ HAY DE COMER?

Para ver los menus de almuerzo y desayuno, valla a:

<https://usd470.nutrislice.com/menu/jefferson>

Todos los estudiantes pueden desayunar
GRATIS

VAMOS A CONECTAR

Síganos en Facebook y Twitter en
@arkcityjeff

Valla al sitio web de la Primaria Jefferson
para información importante

<https://jeff.usd470.com/>

NOTICIAS PTO

- Diciembre 1 - Junta de PTO 6:30
- Enero 5 - Junta de PTO 6:30
- Febrero 2 - Junta de PTO 6:30