



Comunicado Semanal



(939) 283-6502

especializadaendeportes@yahoo.com

www.ecedao.org

Semana de la Salud Escolar

D57281@de.pr.gov

Anuncios	Informate	LUNES 15	MARTES 16	MIÉRCOLES 17	JUEVES 18	VIERNES 19
<p>Nuestro hogar escuela está siendo considerada por el Departamento de Educación para la reapertura de clases presenciales en el mes de marzo con los grados 9 y 12 solamente.</p> <p>Hemos estado estableciendo protocolos de seguridad en la escuela como en la residencia y esto contempla un solo estudiante por cuarto.</p> <p>Más adelante estaremos impartiendo nuevas directrices para el recogido de pertenencias dejadas en la escuela de ser necesario.</p> <p>Por favor manténgase informado en nuestra página. www.ecedao.org</p>	<p>Padre Infórmate</p> <p>Clase de Historia de 6to, 7mo y 10mo – Recuerde que la entrega de los trabajos de Historia es el viernes, 26 de febrero 2021</p> <p>Balonmano Horario para esta semana: 6:00 a 7:40 a.m. 7mo y 8vo 7:40 a 9:20 a.m. 11mo y 12mo 9:20 a 11:00 a.m. 9no y 10mo</p>	<p>FERIADO Día de los Presidentes y Día del Prócer y la Mujer Ilustre de Puerto Rico</p> <p>9no grado - Last possible day for journals #10 & #11 via Teams Prof. Meyers</p> <p>6to grado- Recuerden completar la tabla de lectura: La Jaula de los capítulos 4 al 7 Prof. Espada</p>	<p>Personal de ECEDAO Recuerda revisar y someter tu asistencia (DE-14).</p> <p>10mo grado - Último día para presentar Informe Oral Prof. Espada</p>  <p>Le deseamos un feliz cumpleaños a nuestra compañera Julia Rivera de Génesis</p>	<p>9no grado - Hand-in via Teams: Project #2 Creation A Taíno Myth Prof. Meyers</p> <p>Casa Abierta presencial para orientar a padres que interesen Nuevo ingreso para el Año Escolar 202-2021</p> <p>**9:00 a 10:30 a.m. **1:00 a 2:30 p.m.</p>	<p>8:00 a.m. – Taller con Salto y la Sicóloga</p> <p>10:00 a.m. – Taller con 6to Grado y la Sicóloga</p> <p>10:00 a.m. - Se llevará a cabo la entrevista para reclutar al maestro de historia para los grados 6to, 7mo y 10mo</p>	<p>9:00 a.m. – COMPU</p> <p>12mo grado Entrega de ensayo argumentativo Prof. Marrero</p> <p>18 - 24 de febrero Administración de Pruebas de College Board (PAA) los estudiantes deben estar en la escuela a las 7:30 a.m.</p> <p>2:00 p.m. – Orientación por TEAMS a maestros transitorios y probatorios sobre proceso de evaluación</p>  <p>Le deseamos un feliz cumpleaños a nuestra compañera Carmen Alvarado de Génesis</p>

Programa de Consejería **Para comunicarse con la Consejera por correo electrónico:** DE149939@miescuela.pr



El Departamento de Educación está ofreciendo como fecha para administrar las pruebas PAA (College Board) del 18 al 24 de febrero de 2021. En ECEDAO se estará ofreciendo solamente el 19 de febrero de 2021 iniciando a las 7:30 am. Se les hace esta notificación para que hagan con tiempo los ajustes necesarios.

Estudiante recuerda: *Traer lápiz, agua y alguna merienda. No debes traer smartwatch ni celular.*

Guías de seguridad para tomar el examen

1. Quédese en casa si está enfermo o si presenta fiebre, escalofríos, tos, dolor muscular, dificultad para respirar o pérdida de olfato o gusto.
2. El uso de mascarilla es obligatorio en todo momento.
3. Revisaremos su temperatura al momento de su ingreso al plantel.
4. Desinfecte sus manos antes y después de salir del examen.
5. Mantenga una distancia de 6 pies de su compañero.
6. Debe seguir al pie de la letra las instrucciones impartidas por el personal a cargo.

SUSPENSIÓN DE CUMPLIMIENTO

No se estará requiriendo horas de contacto verde, aprendizaje en servicio comunitario y exploración ocupacional como requisito de graduación para este año escolar.

Enfermería informa...

Padres y/o Encargados



SALUD Y BIENESTAR

Como parte de la semana de la salud queremos promover el bienestar, prevenir y controlar enfermedades. La **salud** es un estado de completo bienestar físico, mental y social, no sólo la ausencia de enfermedad. (OMS)

Una evaluación médica es un proceso que nos permite valorar nuestro estado de salud o enfermedad. Una valoración a tiempo nos brinda dirección en cuanto a nuestras acciones, cambio de hábitos y estilo de vida. Es posible prevenir enfermedades no transmisibles como la diabetes, las enfermedades cardiovasculares, enfermedades pulmonares, entre otras.

Es importante considerar ciertos aspectos para mantener tu salud en óptimo estado:

- **Visite al médico primario para evaluación anualmente**
- **Aquel que tenga condiciones de salud, acuda a un especialista**
- **De tener tratamientos debe seguir instrucciones adecuadamente**
- **Visitar el dentista cada 6 meses, mínimo una vez al año**
- **Mantener la higiene personal**
- **Coma saludable**
- **Manténgase dentro del peso saludable según su estatura**
- **Realice ejercicio**
- **Medite, reflexione y sea positivo**
- **Duerma 7-8 horas diarias**
- **Tenga una vida social activa**

Les exhorto anualmente realizar una evaluación médica de rutina y revisión con especialistas según su diagnóstico.

Recuerde su salud dependerá de las conductas y estilo de vida que elijas. Fomentemos el amor propio comenzando por nuestra salud.

Para comunicarse con la Trabajadora Social por correo electrónico: de134500@miescuela.pr

¿Cómo prevenir la violencia en el noviazgo?

El respeto entre la pareja es primordial

Si hay algo que no podemos negar es que actualmente nos encontramos expuestos a todo tipo de violencia: en la calle, en el núcleo familiar y hasta en el noviazgo.

Recordemos que la violencia de pareja no sólo afecta a las mujeres y aunque los casos son menos sonados, los hombres también son víctimas.

A continuación te enlistamos algunas formas de prevenirlo:

- Comunícate a tu pareja, de manera clara y respetuosa, tus preocupaciones, molestias y también las cosas positivas.
- Aprende técnicas de relajación, en la web hay muchas que puedes practicar.
- Dense espacios y tiempos para hacer actividades individuales.
- Siempre mantente firme con tus decisiones.
- Trabaja con tus emociones.
- Cuando algo te moleste no desates tu enojo contra la otra persona, respira profundo y piensa antes de actuar.

Si ante la frustración has llegado a lastimar a alguien más, con palabras o acciones, puedes buscar ayuda profesional. Las bases de las relaciones son el respeto y la comunicación; no demandes, negocia y disfruta el tiempo con tu pareja.

Mantente informado en nuestra página
www.ecedao.org



•El mismo comenzará el **24 de febrero de 2021** y terminará el **24 de marzo de 2021**

QUIÉN DEBE LLENAR LA MATRÍCULA

- Todos los Padres de estudiantes que pertenecen actualmente en nuestra escuela y desean continuar con nosotros.
- Todo estudiante que interese ser considerado para agosto de 2021 (Nuevo ingreso).