



Esquina de la Consejera – Boletín

Por Mrs. Castro



November 2020

Fall 2020 – Edition Number 3

Sugar Grove Academy

8405 Bonhomme

Houston, Texas 77074-5609

Ericka L. Austin, Principal

Phone: 713-271-0214 Fax: 713-771-9342

Misión

La misión de los Servicios de Guianza y Consejería del Distrito Escolar de Houston es asegurar que todos los estudiantes desarrollen la preparación académica, universitaria, profesional y personal/social necesarias para manejar con éxito sus vidas, alcanzar su máximo potencial y convertirse en ciudadanos globales productivos que se respeten a sí mismos y a otros.

Fechas Importantes

Nov. 2-6 Primera Fase del Programa Magnet

Nov. 6 El Pacto del Padre Escuela se envió a la casa

Nov. 3 Día de Servicio para el Maestro

Nov. 23-24 Campo de Entrenamiento Académico

Nov. 23-27 Semana de Dar Gracias

Nov. 30 Regreso a clases virtual o en persona

Habilidades Sociales y Emocionales:

Habilidad del Mes: Auto-Manejo:



Se trata de NOSOTROS. Si queremos ayudar a los demás, primero debemos ayudarnos a nosotros mismos. Necesitamos comer, dormir, ejercitar nuestro cuerpo y mente para aprender a manejar el estrés de manera efectiva, controlar los impulsos y motivarnos para establecer y alcanzar metas.

EDUCACIÓN DEL CARÁCTER DEL MES:

SER AGRADECIDO

Alegrarse de que algo haya pasado o no haya pasado, de que algo o alguien exista. Experimente placer, satisfacción o deleite.

Sinónimos de agradecido

Dichoso, encantado, alegre, gratificado, feliz, gozoso, complacido, satisfecho. integridad, probidad, veracidad, verdad

Habilidades Asociadas con el Auto-Manejo

Protección personal

- Cuidate
- Haz ejercicio, come bien y duerme bien
- Mantén un estilo de vida saludable

Cómo combatir el estrés:

- Actividades físicas
- Conciencia del momento presente
- Llevar una vida equilibrada
- Habilidades de resolución de conflictos
- Diario (Escribe en un diario)

REFLEXIÓN de la Cita del Mes:

"Una buena cabeza y corazón son siempre una combinación formidable".

Nelson Mandela

