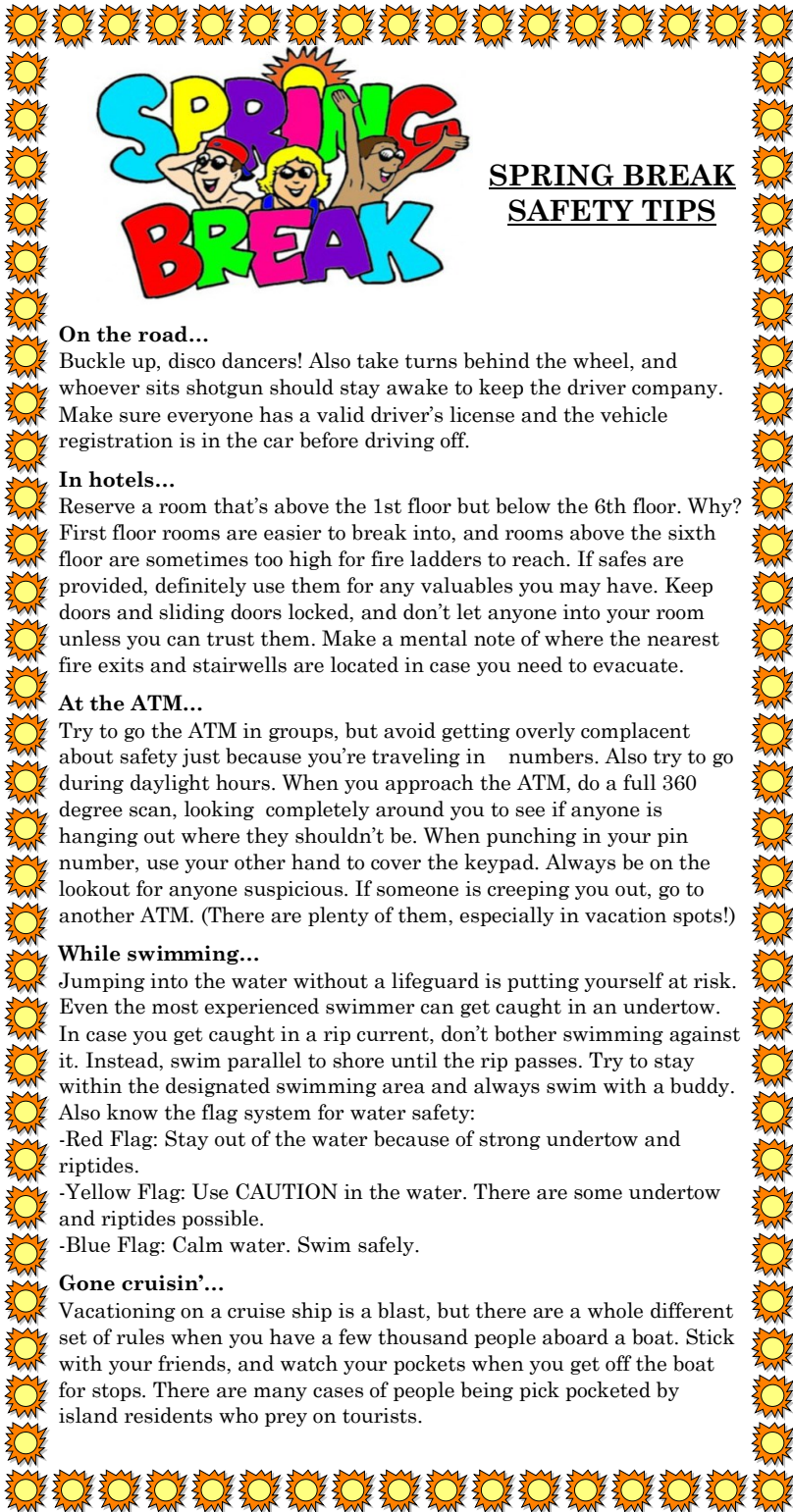




Roadrunners Rock!!! Counselor News

March 2017



SPRING BREAK SAFETY TIPS

On the road...

Buckle up, disco dancers! Also take turns behind the wheel, and whoever sits shotgun should stay awake to keep the driver company. Make sure everyone has a valid driver's license and the vehicle registration is in the car before driving off.

In hotels...

Reserve a room that's above the 1st floor but below the 6th floor. Why? First floor rooms are easier to break into, and rooms above the sixth floor are sometimes too high for fire ladders to reach. If safes are provided, definitely use them for any valuables you may have. Keep doors and sliding doors locked, and don't let anyone into your room unless you can trust them. Make a mental note of where the nearest fire exits and stairwells are located in case you need to evacuate.

At the ATM...

Try to go the ATM in groups, but avoid getting overly complacent about safety just because you're traveling in numbers. Also try to go during daylight hours. When you approach the ATM, do a full 360 degree scan, looking completely around you to see if anyone is hanging out where they shouldn't be. When punching in your pin number, use your other hand to cover the keypad. Always be on the lookout for anyone suspicious. If someone is creeping you out, go to another ATM. (There are plenty of them, especially in vacation spots!)

While swimming...

Jumping into the water without a lifeguard is putting yourself at risk. Even the most experienced swimmer can get caught in an undertow. In case you get caught in a rip current, don't bother swimming against it. Instead, swim parallel to shore until the rip passes. Try to stay within the designated swimming area and always swim with a buddy. Also know the flag system for water safety:

-Red Flag: Stay out of the water because of strong undertow and riptides.

-Yellow Flag: Use CAUTION in the water. There are some undertow and riptides possible.

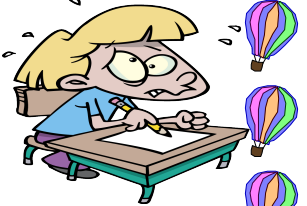
-Blue Flag: Calm water. Swim safely.

Gone cruisin'...

Vacationing on a cruise ship is a blast, but there are a whole different set of rules when you have a few thousand people aboard a boat. Stick with your friends, and watch your pockets when you get off the boat for stops. There are many cases of people being pick pocketed by island residents who prey on tourists.



TEST -TAKING TIPS! A FORMULA FOR STUDENT SUCCESS



From Parenting Quick Tips, Practical Parent Education

PARENTS AND TEACHERS PLAY A KEY ROLE IN CREATING AVENUES FOR STUDENT GROWTH AND SUCCESS IN SCHOOL. WORKING TOGETHER AS PARTNERS IN EDUCATION, PARENTS CAN HELP TEACHERS MAXIMIZE THE LEARNING PROCESS WHILE REDUCING TEST ANXIETY AND STRESS. THE SIMPLE FORMULA FOR HELPING STUDENTS TO DO THEIR BEST IS SPELLED S-U-C-C-E-S-S!

- ◆ SERVE CHILDREN A BALANCED BREAKFAST BEFORE A TEST: FOODS WHICH ARE HIGH IN PROTEIN (E.G., EGGS, CHEESE, MILK, PEANUT BUTTER, ETC.).
- ◆ UNDERSTAND THE IMPORTANCE OF TESTS AND MAKE SURE CHILDREN ARE PREPARED, PRESENT AND ON TIME.
- ◆ CAREFULLY WORK WITH CHILDREN TO MAKE SURE THAT THEY UNDERSTAND HOW TO READ AND FOLLOW DIRECTIONS. PROVIDE PRACTICE OPPORTUNITIES THROUGH HOMEWORK, REVIEW SHEETS, BOARD GAMES, ETC.
- ◆ CONFERENCE WITH YOUR CHILD'S TEACHER TO FIND OUT WHAT YOU CAN DO TO HELP YOUR CHILD PREPARE FOR TESTS.
- ◆ EXPECT THE BEST FROM YOUR CHILD AND LET HIM/HER KNOW THAT YOU ARE PROUD OF HIM/HER.
- ◆ STRESS THE IMPORTANCE OF GOING TO BED EARLY AND GETTING PLENTY OF REST THE NIGHT BEFORE A TEST.
- ◆ START THE DAY ON A POSITIVE NOTE. REMEMBER THAT HUGS AND PRAISES ARE POWERFUL WAYS TO START YOUR CHILD'S DAY!





¡Correcaminos Sorprendentes! Noticias de la Consejera

Marzo 2017

Consejos de Seguridad para el Descenso de Primavera



En la carretera...

¡Pónganse todos los cinturones de seguridad en el auto! También los adultos deben tomar turnos al manejar y asignar a una persona que deberá permanecer despierta y hacer compañía al conductor. Asegúrense de que todos los adultos tienen licencia de manejar vigente y que el registro del vehículo está en el auto antes de salir.

En los hoteles...

Reserven una habitación que esté arriba del primer piso y debajo del sexto. ¿Por qué? Las habitaciones del primer piso son más fáciles de asaltar, y las habitaciones del sexto piso a veces están demasiado altas para las escaleras de los bomberos. Si el hotel provee cajas de seguridad, úselas definitivamente para guardar los objetos de valor que lleven. Mantengan las puertas de entrada y las puertas corredizas cerradas con llave, y no dejen entrar a nadie en su cuarto a menos de que los conozcan bien y le tengan confianza. Visualicen el lugar donde se encuentran las salidas y escaleras de emergencia más cercanas en caso de tengan que evacuar el lugar.

En el cajero automático o ATM...

Traten de ir al cajero automático en grupos, pero sin descuidar la seguridad del área alrededor de ustedes solo porque viajan en grupo. También traten de ir de día, cuando hay luz. Cuando se aproximen al cajero automático miren completamente alrededor suyo, observando cuidadosamente por si alguien se encuentra en un lugar donde no debiera estar. Cuando presione su número de identificación, cubra el teclado con su otra mano. Siempre estén alertas sobre cualquier actividad sospechosa; y si hubiera alguien que no le inspira confianza, vaya a otro cajero automático o ATM. (Hay muchos, especialmente en lugares para vacacionistas!)

Si van a nadar...

Saltar al agua si no hay un salvavidas es exponerse a un riesgo. Aún el más experimentado nadador puede ser atrapado por la resaca. En caso de ser atrapado por una corriente violenta, no traten de nadar en contra de ella. Al contrario, naden paralelamente a la playa hasta que la corriente pase. Manténganse dentro del área designada para natación y siempre naden con algún compañero. También, conozcan el sistema de banderas para la seguridad en el agua:

-Bandera Roja: Manténganse fuera del agua debido a oleaje violento, aguas revueltas o resaca.

-Bandera Amarilla: Usen PRECAUCIÓN en el agua. Hay posibilidad de oleaje violento, aguas revueltas o resaca.

-Bandera Azul: Aguas tranquilas. Pueden nadar sin riesgo.

Si van en un crucero...

Vacacionar en un crucero es fantástico, pero hay un sinnúmero de reglas diferentes cuando hay algunos miles de personas en un barco. Quédense con sus amigos, y estén pendientes de sus bolsillos cuando bajen del barco en las paradas. Hay muchos casos de personas que han sido robadas por los residentes de las islas y que se especializan en los turistas.



CONSEJOS PARA CUANDO LOS CHICOS TIENEN EXÁMENES LA FORMULA PARA EL ÉXITO DEL ESTUDIANTE

Educando a sus hijos, Educación Práctica para Padres de Familia

Padres y maestros son una llave muy importante para crear los caminos para el desarrollo y éxito de los estudiantes en la escuela, trabajando juntos como socios en la educación, los padres pueden ayudar a los profesores a maximizar el proceso de aprendizaje y al mismo tiempo reducir la ansiedad y estrés a la hora de presentar un Examen. Siga estos pasos:

- ◆ Sírvale a su hijo un desayuno balanceado antes de su examen: Alimentos con alto contenido proteico. (Ejem: Huevos, queso, leche, mantequilla de maní o cacahuate, etc.)
- ◆ Entender la importancia de un Examen y estando seguros de que su chico esta preparado, presente y puntual.
- ◆ Cuidadosamente trabaje con su hijo para estar seguros que ellos entienden lo que leen y que pueden seguir las instrucciones. Provéelo de oportunidades practicas a través de su Tarea, en sus hojas de trabajo, o en un pizarron de juego, etc.
- ◆ Tenga conferencias con el profesor de su chico para encontrar como puede ayudarlo para que este listo para el examen.
- ◆ Espere lo mejor de su hijo y déjele saber cuan orgulloso está de él o ella.
- ◆ Haga hincapié en la importancia de irse a dormir temprano y tener suficiente descanso la noche anterior al examen.
- ◆ Empiece el día con una nota positiva. Recuerde que los abrazos y frases positivas son una poderosa manera de empezar un magnifico día con su hijo.

