



Preparación para emergencias
Basic Emergency Preparedness

Pg. 9-8

Pruebas de visión y audición
Vision and Hearing Testing

Pg. 18-19

Celebraciones por el mundo, Diwali
World Celebrations, Diwali

Pg. 44-45

Número 8 | octubre- noviembre- diciembre 2017
Number 8 | October- November- December 2017

Sirviendo a familias de ESL en el Distrito Escolar de Issaquah
Serving ESL Families in the Issaquah School District



Estar enterados de TODO lo que pasa en la escuela de nuestros hijos no siempre es cosa fácil, al platicar con ellos nos damos cuenta de que sucede mucho más de lo que a simple vista podemos ver.

El año escolar 2017-2018 está en curso y muchas de las cosas que vamos viendo nos hacen sentir como que son demasiadas cosas al mismo tiempo, no te desesperes, tranquilo, no eres el único que se siente así, respira profundo y pregúntale a alguien que pueda saber más que tú, seguramente alguien podrá ayudarte, ya sea en la escuela, otros padres de familia o, incluso, tus propios hijos.

Una excelente manera de hacer conexiones con los profesores y personal docente es siendo voluntario en la escuela de tus hijos, allí es donde ellos pasan muchas horas, ve a la **página 6** donde encontrarás formas de ayudar.

El Distrito Escolar de Issaquah ofrece pruebas de vista y audición, ¿sabes de qué se tratan?, ¿te gustaría ayudar? Este evento, que se realiza con la ayuda de *Parents Teachers Association* (PTA), es una muy buena oportunidad para estar cerca de tus hijos y ayudar a otros, en la **página 18** tenemos más información.

No te pierdas nuestra entrevista "Un día en la vida de un paraprofesional" en la **página 24**, estas personas, a las que pocas veces vemos, ofrecen muchísima ayuda a los profesores y a nuestros hijos.

La época en la que vivimos es realmente muy diferente de cuando éramos pequeños, ha cambiado desde la manera en que conocemos gente hasta cómo son nuestras relaciones sociales, mucho de esto (y más de lo que quisiéramos saber) sucede en las redes sociales. ¿Has escuchado sobre la seguridad digital y el acoso cibernético? Ve a nuestra **página 26**, donde encontrarás un artículo con algunos consejos.

Esperamos que disfrutes mucho de la temporada navideña, que conectes con las personas que realmente importan en tu vida y disfrutes estar con ellos y convivir. ¡Felices fiestas!

Marisol Visser



Fotografía por Vaclav Mydill

Todos en Cultural Bridges queremos agradecer de manera especial a Margarita Leas, quien ha sido parte integral desde nuestros inicios. Ella y su familia se están mudando fuera del área y queremos darle las gracias por el amor, la energía y el entusiasmo con el que siempre ha ayudado a los demás en la comunidad de Issaquah. Te deseamos mucho éxito y felicidad en tu nueva comunidad.

CULTURAL BRIDGES MAGAZINE OCTUBRE 2017 | NÚMERO 8

MARISOL VISSER

Administradora del programa
marisol@isfdn.org

LUNA EGIDO MARTÍN

Diseño
luna.egido@outlook.com

NORMA RODRÍGUEZ

Edición en español

LIZ ST. ANDRE

Edición en inglés

Fotografía de portada por
ÁNGELA SÁNCHEZ



Cultural Bridges
Issaquah Schools Foundation

es un programa de



**ISSAQUAH
SCHOOLS
FOUNDATION**

**Búscanos en facebook como:
@CBforeducation**

Si deseas recibir la revista en formato electrónico (PDF), solicítala al correo electrónico: marisol@isfdn.org. Por favor especifica que idioma deseas recibir (español, inglés, chino simplificado o coreano.)

Being “in the know” about everything that happens at our child’s school is not always easy. Sometimes the conversations we have with our kids make us realize that there is much more happening than what first thought. Please don’t get discouraged. There are many ways to learn more and Cultural Bridges is here for you.

The 2017-2018 school year is underway and there are many things that can make us feel overwhelmed. Don’t worry, you are not the only one. Relax! We all go through that. Take a deep breath and ask, are there people that can help; other parents, the teacher, the school secretary? A great way to build connections with teachers and staff who spend many hours with our children, is by volunteering at the school. Go to **page 7** to find ways to become a volunteer at your child’s school.

Speaking of volunteering, did you know that the Issaquah School District offers vision and hearing tests for every student? Extra helpers are always needed for this important event, organized with the help of the Parent Teacher Association (PTA). This is a great opportunity to be close to your children while getting to know other parents and helping many kids. Find out more information on **page 19**.

Another important helper at our kids’ school is the Paraprofessional. Don’t miss our interview on **page 25**, “A day in the life of an Paraprofessional.” Do you know who they are or what they do? These are the people that many times we do not see, but offer much help to both teachers and our children.

Our children are growing up in a time that is completely different from when we were small, from the way they meet people, to how they socialize. Would you like to know more about social media and how our kids are living in this reality? Do you know about Digital Safety & Cyberbullying? Visit **page 27** and find out more.

We hope you enjoy the holiday season and are able to connect with the people that really matter in your life. Enjoy being with your friends and family. We at Cultural Bridges wish you Happy Holidays!

Marisol Visser



Fotografía por Vaclav Mydill

Cultural Bridges would like to say a special thanks to the talented Margarita Leas who has been a part of Cultural Bridges from the beginning. It is with a heavy heart that we must say goodbye as she and her family are moving out of the area. Margarita’s energy, love, enthusiasm and commitment to help others will be greatly missed but we wish her great success and happiness in her new community.

Cultural Bridges Magazine, all rights reserved. Cultural Bridges Magazine is a free community magazine distributed locally and subsidized by Issaquah Schools Foundation. Its mission is to provide our community readers information that will enrich their quality of life covering topics such as education, health, nutrition, current events and the diverse culture in the city of Issaquah. Cultural Bridges for Education does not necessarily endorse or represent the views expressed in articles and advertisements found in the magazine, and is not responsible for the information, products and services that our advertisers published. Some parts of this publication may be a reproduction, translation or reprint where prior authorization is requested.

CULTURAL BRIDGES MAGAZINE OCTOBER 2017 | NUMBER 8

MARISOL VISSER
Program Manager
marisol@isfdn.org

LUNA EGIDO MARTÍN
Design
luna.egido@outlook.com

NORMA RODRÍGUEZ
Editor (Spanish)

LIZ ST. ANDRE
Editor (English)

Cover Photo by
Angela Sánchez



Cultural Bridges
Issaquah Schools Foundation

is a program of



Like us on facebook @CBforeducation

**To receive the magazine in PDF format,
email marisol@isfdn.org. Please specify
the language you want to receive
(Spanish, English, Chinese Simplified,
or Korean).**

Excursiones

Las excursiones o *field trips* son visitas fuera de las instalaciones de la escuela, bajo la supervisión de un miembro del personal, que buscan dar a los estudiantes una experiencia de aprendizaje directo no disponible en el salón de clases.

El Distrito considera que las excursiones, cuando se usan como parte integral del plan de estudios, son un recurso educativo importante en el programa de las escuelas.

Las excursiones se dividen en tres categorías:

1. Excursiones de rutina

Viajes patrocinados por la escuela en la comunidad o un área cercana, que se realizan en un día y en los que los estudiantes van acompañados por personal docente.

2. Excursiones de campo extendidas o durante la noche. Estas también las realiza la escuela. Los alumnos, acompañados por personal docente, viajan una distancia mayor de 150 millas y, en ocasiones, necesitan pasar la noche fuera del hogar.

3. Excursiones de atletismo de WIAA. El *Washington Interscholastic Activities Association* o Asociación de Actividades interescolares de Washington (WIAA) patrocina eventos y competencias, que incluyen pasar la noche fuera. En estas actividades, los participantes van acompañados sólo por chaperones. **Los eventos fuera de temporada o no WIAA serán tratados como excursiones de campo Categoría 1 o 2.**

Para padres o tutores:

- Un formulario de permiso será enviado a casa por cada viaje, este debe ser devuelto a la escuela con la firma del padre o tutor para que el estudiante pueda participar. El documento deberá ser recibido por la escuela al menos 5 días antes

de una excursión Categoría 1, o 10 días antes para excursiones Categoría 2.

Para las excursiones Categoría 3 (atletismo de WIAA), los formularios de permiso se necesitan antes de que comience la temporada de juegos.

- Se requiere un formulario de permiso por cada excursión. Los formularios se envían a casa por correo electrónico o son llevados por los estudiantes.

- Los padres o tutores desempeñan un papel importante en la supervisión de las excursiones patrocinadas por la escuela. Aquellos que desean acompañar a los estudiantes, deberán llenar y enviar a la escuela un formulario para voluntarios. Visita la página de voluntarios del distrito para completar el paquete en línea, este proceso debe realizarse una vez al año.

- Cuando el transporte de autobús del distrito no esté disponible, se podrán usar vehículos privados, siempre y cuando los conductores tengan una licencia de 18 años de edad o más, y cuenten con un seguro adecuado.

Cómo pagar una excursión:

Para pagar en línea, tienes que registrarte en el pago en línea del distrito. Usando esta guía:

Nombre de usuario: son las primeras 5 letras del apellido del padre o tutor seguido por las 3 primeras del nombre y 3 ceros (ejemplo: SMITHJAM000)

Contraseña: esta siempre es el apellido del padre, con la primera letra en mayúscula (ejemplos: Smith, O'Brien, Jones, Anderson) y no puede cambiarse.

Field Trips

Field trips are known as travel away from the school premises, under the supervision of a staff member, for the purpose of affording students a direct learning experience not available in the classroom. The District recognizes that field trips, when used for teaching and learning integral to the curriculum, are an educationally sound and important ingredient in the instructional program of the schools.

Field Trips fall under three (3) defined categories:

- **Category 1 - Routine Field Trips.** School-sponsored, school-chaperoned trips in the community or in the metropolitan area, which can be conducted in one day.

- **Category 2 - Extended or Overnight Field Trips.** School-sponsored, school-chaperoned trips, which will take students a distance greater than 150 miles from school or necessitate that students be away from home overnight.

- **Category 3 - WIAA Athletic Field Trips.** Expedited field trip process that pertains only to school-chaperoned, Washington Interscholastic Activities Association (WIAA) sponsored in-season and related post-season contests, including extended area and overnight trips. Out-of-season or non-WIAA events will be treated as Category 1 or Category 2 fieldtrips.

For Parents/Guardians:

- A Parent/Guardian Permission Form will be sent home for each student participant for parent/guardian signature. A signed form is required for

each participating student and must be received at least five (5) days in advance of a Category 1 - Routine Field Trip, or ten (10) days in advance for a Category 2 - Extended or Overnight Field Trips. Parent/Guardian Permission Forms for Category 3 - WIAA Athletic field trips are collected pre-season.

- Field trip permission forms are specific to each field trip. Permission forms are sent home via email or brought home by students.

- Parents/guardians often play an important supervisory role on school sponsored field trips. Parent/guardian chaperones are required to complete and submit a Volunteer Packet in order to participate. Please visit The District Volunteers page to complete the online Volunteer Packet annually.

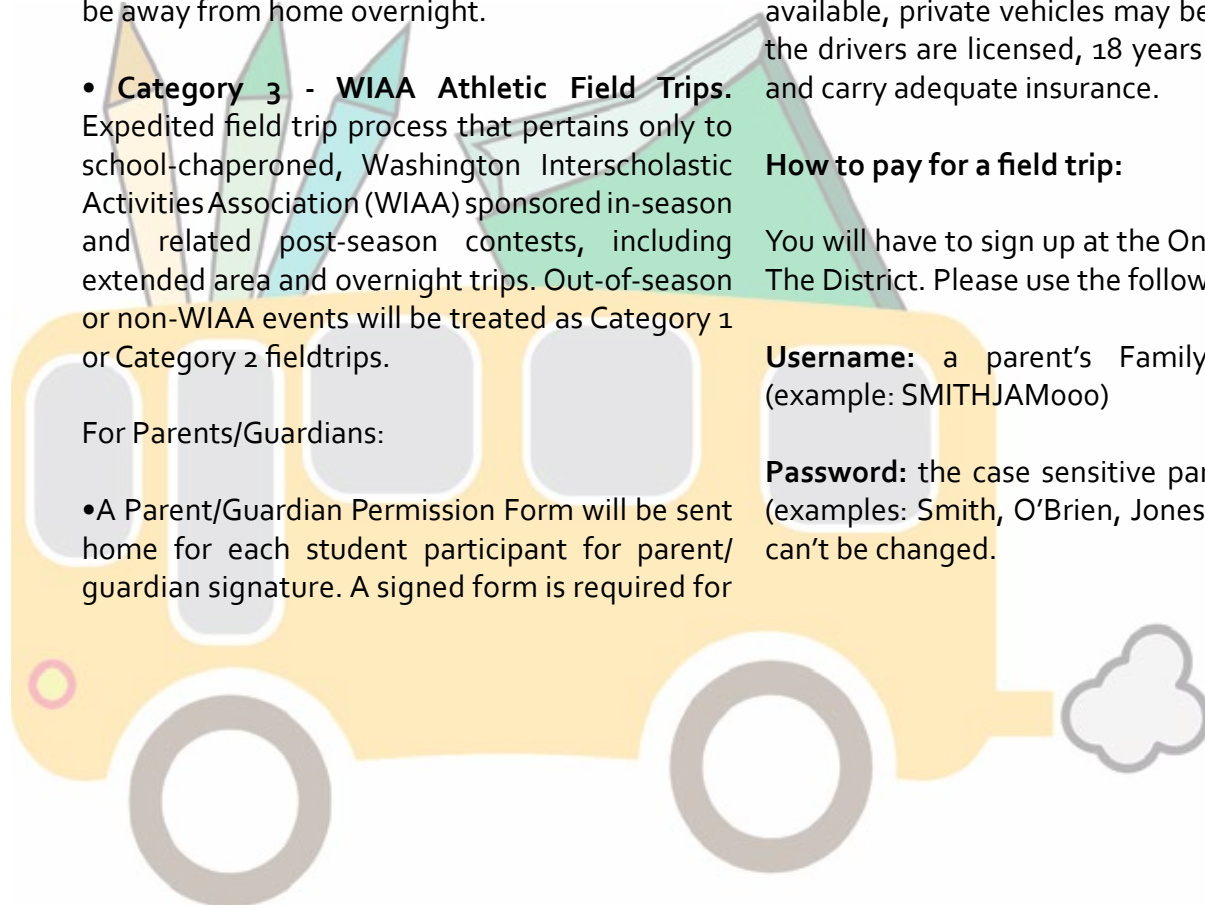
- When District-owned bus transportation is not available, private vehicles may be used, provided the drivers are licensed, 18 years of age or older, and carry adequate insurance.

How to pay for a field trip:

You will have to sign up at the Online Payment of The District. Please use the following as a guide:

Username: a parent's Family Access login (example: SMITHJAMooo)

Password: the case sensitive parent's last name (examples: Smith, O'Brien, Jones, Anderson) this can't be changed.



A los profesores les gusta tener voluntarios

Ya sea que tus hijos comiencen el kínder o estén en el último año de la escuela preparatoria, hay muchas buenas razones para que te anotes como voluntario en la escuela: es una excelente forma de enseñarle a tus hijos lo mucho que nos interesa su educación, te permitirá conocer mejor a sus profesores, interactuar con otros padres, hacer conexiones y estar cerca de tus hijos mientras están en la escuela.

El Distrito Escolar de Issaquah ofrece una amplia variedad de oportunidades para ser voluntario, con más opciones en las escuelas primarias, aunque siempre encontrarás un lugar en las secundarias o preparatorias para ir y compartir tu experiencia y/o aprender cosas nuevas.

No sólo la escuela cosechará los beneficios de tu participación, tú también lo harás. Al interactuar habitualmente con los profesores, administradores y otros padres, conocerás de primera mano las actividades diarias de tu hijo. También sacarás provecho de las tendencias y modas de la vida escolar, lo que puede ayudarte a comunicarte con tus hijos a medida que crecen y cambian, siempre sin invadir su privacidad y espacio personal.

Algunas ideas de cómo puedes ser un voluntario:

- Contando historias a los niños.
- Escuchando a los niños leer en clase.
- Llevar a cabo ejercicios usando tarjetas *flash* (*flash cards*).
- Ayudando a conectar a los padres de la clase.
- Sacar copias.
- Colaborando en las pruebas de visión y audición.
- Ayudando en las ferias del libro.
- Auxiliando a los chicos a seleccionar libros de la biblioteca.
- Registrando préstamos de libros de la biblioteca.
- Participando en las excursiones.
- Ayudando en la clase de arte.
- Preparando materiales didácticos.
- Colaborando en eventos deportivos.
- Ayudando con la feria de regreso a la escuela.
- Siendo mentor.

- Ayudando a los estudiantes con la tarea.
- Ayudando con matemáticas o ciencias.
- Compartiendo información sobre historia local.
- Ayudando a los estudiantes a aprender otro idioma.
- Apoyando con proyectos especiales, actividades o excursiones.
- Auxiliando con programas después de la escuela.
- Brindando apoyo en la oficina.
- Participando en programas de apoyo escolar.
- *Walkabout*.

¿Qué implica ser un voluntario?

Ser voluntario requiere paciencia, entusiasmo, ingenio y resistencia. Nadie te va a decir exactamente qué hacer, pero sí te darán sugerencias.

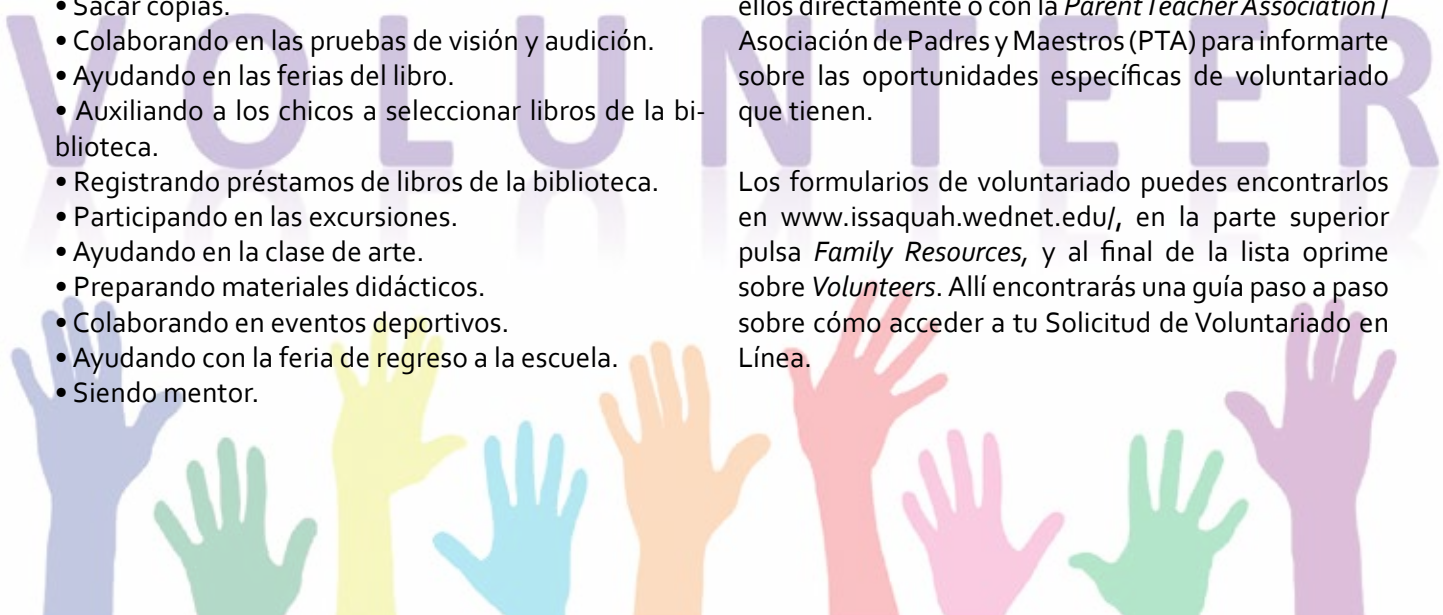
En primer lugar, no estarás ahí como padre, sino como un apoyo a la escuela, para ayudar en lo que se necesite, auxiliando a los estudiantes en lectura y escritura, con las clases de música y gimnasia, o vigilando el patio a la hora del receso.

Depende de ti hacer del voluntariado una gran experiencia. Esto incluye estar presente (poner ese teléfono lejos), hacer lo que se te pida, saludar a los niños, maestros y administradores a tu alrededor y, generalmente, pasando un buen rato.

Sé un voluntario en la escuela más cercana a ti

Para obtener más información sobre cómo inscribirte para ser voluntario en la escuela local, comunícate con ellos directamente o con la *Parent Teacher Association / Asociación de Padres y Maestros (PTA)* para informarte sobre las oportunidades específicas de voluntariado que tienen.

Los formularios de voluntariado puedes encontrarlos en www.issaquah.wednet.edu/, en la parte superior pulsa *Family Resources*, y al final de la lista oprime sobre *Volunteers*. Allí encontrarás una guía paso a paso sobre cómo acceder a tu Solicitud de Voluntariado en Línea.



Teachers Love Volunteers

Whether your kids are just starting kindergarten or entering the final year of high school, there are many good reasons for parents to volunteer at school. It's a great way to show your kids that you take an interest in their education, and it sends a positive message that you consider school a worthwhile cause.

The Issaquah School District offers a wide variety of volunteer opportunities. Volunteering allows you to meet your child's teacher, interact with other parents and make connections, and to be close to your child's while at school.

There are more opportunities to volunteer in the elementary schools, but there is always room to come and share your areas or expertise and/or learn new things.

We each possess skills that are valuable to a student. Not only will the school reap the benefits of your involvement, you will, too. By interacting with teachers, administrators, and other parents on a regular basis, you'll gain a firsthand understanding of your child's daily activities. You'll also tap into trends and fads of school life that can help you communicate with your kids as they grow and change (all without intruding on their privacy or personal space).

Some ways (but not all) to volunteer are:

- Tell stories to children.
- Listen to children read.
- Conduct flash card drills.
- Help contact parents.
- Help reproduce materials.
- Assist with vision and hearing testing.
- Help with book fairs.
- Help students check-out books from the library.
- Check-out books from the library.
- Assist with field trips.
- Help children with art lessons.
- Prepare teaching materials.

- Attend a sporting event.
- Help with the back-to-school fair.
- Be a tutor or a mentor.
- Help students with homework.
- Assist with math or science.
- Share information about local history.
- Help students learn another language.
- Support special projects, activities, or field trips.
- Assist with after-school programs.
- Provide office support.
- Become involved with school leadership.
- Attend middle school walkabout.

What's Involved in Being a Volunteer?

First of all, volunteering is different from being a parent. Although you are there to support your child's school, you are there first and foremost to help out where helping is needed. You might tutor children in reading and writing, help out with music and gym class, or pitch in on the playground. Perhaps you can even sign up to help with Popcorn Friday if your school offers this! Being a volunteer requires patience, enthusiasm, ingenuity and resilience.

It's up to you to make volunteering a great experience. That includes being present (put that phone away), doing whatever is asked of you, saying hello to the kids, teachers, and administrators around you, and generally having a good time.

Volunteer at Your Child's School

For more information and how to sign up to be a volunteer at your local school, please contact that school directly, or the PTA, to find out about its specific volunteer opportunities. For volunteer forms, go to <https://www.issaquah.wednet.edu/> and under Family Resources, click on Volunteers. There you can also find a step by step guide on how to access your Online Volunteer Application.



Preparación básica para emergencias

Las escuelas están entre los lugares más seguros para los estudiantes. El personal y los alumnos practican regularmente el cierre total de la escuela en una emergencia y planes de evacuación.

En la escuela, los estudiantes están con adultos que conocen. Cada salón de clases tiene equipo de emergencia y el personal sabe cuántos alumnos hay cada día y los cuenta durante los ejercicios de práctica para emergencia, que tienen frecuentemente.

Aquí están las cosas básicas que estamos haciendo para mejorar la seguridad en la escuela:

- Cada escuela tiene un procedimiento estándar para el bloqueo y evacuación, diseñados para proteger a quienes están en los edificios o sacarlos si es necesario.
- Las escuelas ensayan planes de emergencia básicos para lograr que las respuestas a situaciones de alerta se vuelvan fáciles de realizar..
- Nuestro personal está atento a extraños o actividad inusual en el campus, así que cuando visites una escuela asegúrate de registrarte en la oficina y usa tu gafete de visitante o voluntario.
- Cuando los estudiantes son recogidos a la hora de salida sólo son enviados a casa con los adultos que están autorizados. Por favor, asegúrate de que la información de emergencia sobre el estudiante esté actualizada.

Cuando el horario escolar cambia:

- Los cierres de escuela y los retrasos suelen anunciarse muy temprano en la mañana. Si crees que las condiciones climatológicas indican el uso de transporte de emergencia, espera un anuncio sobre esto en la televisión, radio o Internet.
- Para recibir información de cierre directamente del distrito, asegúrate de estar recibiendo *eNews*. Las notificaciones no se enviarán a través de *eNews* de la escuela individual. Revisa la página de Internet del distrito, www.issaquah.wednet.edu y suscríbete a www.FlashAlert.net para recibir boletines de emergencia del distrito.
- Escucha los mensajes grabados en el 425-837- 7000 (administración) o 425-837-6333 (transporte).

Cuando el distrito anuncia "escuelas cerradas":

- Cuando el distrito anuncia cierres de escuelas, todas las reuniones, excursiones y actividades después de clases se cancelan, así como la guardería de antes y después de clases.
- Cuando la salida es más temprana debido a condiciones de emergencia, son suspendidos los programas y la guardería de la tarde.

Cuando los paradas de autobús deben cambiar debido a condiciones de emergencia:

Cuando el distrito anuncie "autobuses en las rutas de nieve", los estudiantes de ciertas áreas del distrito tendrán que ir a paradas de emergencia, diferentes a las de costumbre. Ahí mismo serán dejados por la tarde, independientemente de que el clima haya mejorado.

Nota: Los estudiantes con necesidades especiales y educación regular usan las mismas paradas de emergencia (no hay servicio de puerta a puerta).

Basic Emergency Preparedness and Weather-Related Events

Schools are among the safest places for students to be. Staff and students regularly practice emergency lock down and evacuation plans. At school, students are with adults they know. Emergency kits are stored in each classroom, and school staff count noses, take roll, and account for everyone during frequent practice emergency drills.

Here are the basic things Issaquah School District does to enhance safety at school:

- Every school has a standard procedure for evacuation and lockdown--each designed to safeguard whoever is in the buildings and/or get them out of the buildings if evacuation is needed.
- Schools rehearse basic emergency plans to make systematic responses second nature.
- District staff is watchful for strangers or unusual activity on campus, so please be sure to check into the front office when you visit, and always wear your visitor or volunteer badges.
- When students are picked up to leave school during the day, we send them home only with pre-authorized adults. Please make sure the emergency information about your student is up to date.

When School Schedules Change

- School closures and delays are usually announced very early in the morning. If you anticipate emergency transportation conditions, check for an announcement on the TV, radio, or the Internet. To receive closure information straight from the District, make sure you are receiving District eNews. Notifications will not be sent via individual school eNews.
- Check the District homepage, www.issaquah.wednet.edu. Subscribe to receive District emergency news at www.FlashAlert.net
- Check the recorded messages at 425-837- 7000 (Administration) or 425-837-6333 (Transportation).

When the District Announces "Schools Closed"

- When the District announces school closures, all meetings, field trips, and after-school activities are cancelled. Morning and afternoon school-age care is cancelled. When there is early dismissal due to emergency conditions, after-school programs and school-age care are cancelled.

When Bus Stops Must Change Due to Emergency Conditions

When the District announces "buses on snow routes", students from certain areas of the district will need to go to their designated Emergency Stops—different bus stops than usual. When the District announces "buses on snow routes," students will be picked up in the morning and dropped off in the afternoon at the same Emergency Stop listed in the brochure that the District sent to your house, regardless of weather improvements.

Please note: Special needs and regular education students use the same Emergency Stops (no door-to-door service).

¡Es época de celebraciones!

Noche para alumnos de Sexto Grado

El Centro Comunitario de Issaquah, ubicado en 301 Rainier Blvd., estará abierto sólo para estudiantes de sexto grado el viernes 13 de octubre de 6 a 9 p.m. ¡Habrà baloncesto, hockey, voleibol, proyectos de arte, videojuegos, baile y mucho más! La entrada cuesta \$5 y los refrigerios, \$1.

Se necesitan padres voluntarios. Si estás interesado, por favor, comunícate con Cathy a cathyj@issaquahwa.gov.

Fiesta de otoño, Fall Fun Fest

Los niños menores de seis años podrán usar sus trajes y visitar las cabinas de actividades, habrá juguetes, pinta caritas y premios. La fiesta será el viernes 27 de octubre de 5:30 a 7:30 p.m. en el Centro Comunitario. Este evento es completamente planeado y dirigido por jóvenes de sexto a décimo grados. La donación es de \$2 en la puerta.

Caminata anual de los muertos vivientes, Zombie Walk

Front Street estará cerrada para dar paso a los muertos vivientes, estos golperán ligeramente los coches, tiendas y ventanas de restaurantes para asustar a los ocupantes... ¡pero son inofensivos!

Puedes seguirlos o unirte a ellos en su camino por Front Street o en su baile Flash Mob con la música de Thriller en el City Hall / Ayuntamiento.

Una fiesta post zombie se llevará a cabo en el Brewhouse de Issaquah, donde se presentarán Fred Hopkins y sus Ghouls. Sábado, 28 de octubre, de 1:30 a 5 p.m.

Caminata del pavo de Issaquah, Issaquah Turkey Trot

Evento para todas las edades, Issaquah Turkey Trot es un divertido y casual recorrido de 5 kilómetros en la mañana de Acción de Gracias. Puedes caminar, trotar o correr. Issaquah Turkey Trot comenzará a las 9 a.m. del 23 de noviembre. El propósito es reunirse como familia y

comunidad durante las vacaciones de Acción de Gracias y ayudar a los necesitados. Todos los ingresos del evento van directamente al Issaquah Food & Clothing Bank. Visita issaquahturkeytrot.org para registrarte como participante o voluntario. La tarifa es de \$25 por adulto y \$10 por niño menor de 10 años.

Compra localmente en el centro de Issaquah

¡Haz tus compras de Navidad durante el Sábado de Pequeños Negocios/ Small Business Saturday! Este día, reconocido nacionalmente, promueve a las pequeñas empresas el sábado posterior al Día de Acción de Gracias, celebrando sus historias y productos únicos y apoyando a la comunidad.

A los residentes de Issaquah se les anima a consumir en las tiendas locales. Un camión especial llevará pasajeros a otros barrios para que puedan comprar y apoyar pequeños negocios del lugar. Sábado 25 de noviembre, de 11 a.m. a 5 p.m.

Hacia el Polo Norte, North Pole Bound

Escribe una carta a Santa y colócala en el buzón del Polo Norte, ubicado en el vestíbulo del Centro Comunitario. ¡Asegúrate de incluir tu nombre y dirección! El buzón estará abierto durante las horas de oficina, del 28 de noviembre al 15 de diciembre.

El plan maestro de Santa: compras seguras estas fiestas.

¡No termines en la lista de Santa de los niños traviesos! He aquí cómo puedes evitar que un Grinch arruine tu alegría navideña:

- Cierra bien tu coche cada vez que salgas, aunque sea por poco tiempo.
- No dejes objetos valiosos a la vista.
- No dejes tu coche prendido.
- Si colocas artículos en la cajuela, hazlo discretamente o antes de llegar a tu destino.
- Si ves a alguien actuando sospechosamente o mirando vehículos, llama a la policía al 425-837-3200.

It's Time to Celebrate!

Sixth-Grade only!

The Issaquah Community Center is open just to sixth graders, Friday, Oct. 13, 6-9 p.m. at the Community Center, 301 Rainier Blvd. S. Basketball, hockey, volleyball, art projects, video games, dancing and more will be offered! Concessions will be sold for \$1. Parent volunteers are needed! If you're interested, please contact Cathy at cathyj@issaquahwa.gov. The fee is \$5 at the door.

Fall Fun Fest

Children ages six and under, can wear costumes and come on down to the enjoy activity booths, Toddler Time toys, face painting and prizes, Friday, Oct. 27, 5:30-7:30 p.m. at the Community Center, 301 Rainier Blvd. S. This event is completely planned and run by youth, grades 6-10. The donation is \$2 at the door.

Annual Zombie Walk

Closing Front Street to a dead crawl these hoards of un-dead are known to tap on cars, shops and restaurant windows frightening the occupants – but the zombies of Issaquah mean no harm! Follow or join in as these spectacular un-dead of all shapes and sizes make their way down Front Street to their Flash Mob dance to Thriller! at City Hall. A post zombie party will be held at the Issaquah Brewhouse where Fred Hopkins and his Ghouls will perform. Saturday, Oct. 28, 1:30–5 p.m.

Issaquah's Annual Turkey Trot

For all ages, the Issaquah Turkey Trot is a fun and casual 5K on Thanksgiving morning. You can walk, jog or run. Issaquah Turkey Trot starts at 9 a.m. on Nov. 23. The purpose is to come together as families and as a community during the Thanksgiving holiday and help those in need. All proceeds to the event go to the Issaquah Food & Clothing Bank. Visit issaquahturkeytrot.org to register or sign up to volunteer. The fee is \$25 per adult and \$10 per child (10 and younger).

Downtown Issaquah Shop Local

Check off items from your holiday shopping list during Small Business Saturday! This nationally recognized day promotes small businesses on the Saturday after Thanksgiving, celebrating their unique stories and products, and to support community. Issaquah residents are encouraged to Shop Small and Shop Local. A FREE STREET TROLLEY runs to surrounding neighborhoods in order for you to shop and support small local businesses. Saturday, Nov. 25, 11 a.m. – 5 p.m.

North Pole Bound

Write a letter to Santa and drop it into the North Pole mailbox located in the Community Center lobby, 301 Rainier Blvd. S. Make sure to include your name and mailing address! The mailbox is open during business hours, Nov. 28 - Dec. 15.

Santa's Backup: Shop Safely for the Holidays

Don't end up on Santa's naughty list! Here's how you can prevent a Grinch from ruining your holiday cheer:

- Lock your vehicle every time you leave, even for a short time.
- Don't leave valuable items in plain view.
- Don't leave your vehicle running unattended.
- If you place items in the trunk, do it discreetly or before you arrive at your destination.
- If you see somebody acting suspicious or looking into vehicles, call the Issaquah Police Department at 425-837-3200.

¡No te lo puedes perder!

Intercambio de equipo para deportes de invierno de los Kiwanis

¡Actualiza tu equipo de esquí y snowboard por menos, recicla o deshazte de cosas por dinero en efectivo! Pacific Bike & Ski y Gerk's Ski and Cycle son los proveedores minoristas participantes. El Sammamish Kiwanis recauda una cuota por venta, estos ingresos son utilizados para apoyar programas de juventud y servicio social para la comunidad.

El evento se realizará en Pine Lake Covenant Church, 1715 228th Ave SE.

Registro de equipo y entrega: **viernes 20 de octubre de 5:30 a 8 p.m. y sábado 21 de octubre de 8 a 10 a.m.**

Compra de equipo: **viernes de 20 de octubre de 8 a 10 p.m. y sábado 21 de octubre de 9 a.m. a 2 p.m.**

Recoger equipo no vendido: **el mismo sábado de 2:30 a 4 p.m.**

Obtén más información en www.sammamishkiwanis.org

Pesadilla en Beaver Lake del Club Rotario

Hay algo inquietante en los bosques de Sammamish. Cada año, a finales de octubre, una temible sombra cae sobre el parque de Beaver Lake, donde un grupo de dedicados voluntarios se une para montar un evento que te dejará gritando. Pesadilla en Beaver Lake es la atracción de Halloween más grande en el área de Seattle. El dinero

recaudado es para organizaciones de ayuda social y servicios apoyados por el Club Rotario de Sammamish.

Octubre 12 al 31: domingos, 7 a 10 p.m. y viernes y sábado, 7 a 11 p.m.

lunes 31 de octubre de 7 a 11 p.m.

Beaver Lake Park, 2526 24th Ave SE.

Costo: \$12-28, dependiendo de la hora y el tipo de boleto.

Para más información:

www.nightmareatbeaverlake.com

Evento de Halloween

Camina a través del City Hall haciendo *Trick or Treat*, disfruta de una aventura divertida, segura y gratuita. Es para todas las edades. Ideal para familias con niños pequeños. **Martes 31 de octubre de 3 a 4:30 p.m., Sammamish Commons.**

Muy feliz Sammamish

Este festivo evento familiar es la manera perfecta para comenzar la temporada navideña. Disfruta de un zoológico de mascotas, pinta caritas, artesanías, entretenimiento en vivo y golosinas. Este festejo es gratuito y habrá venta de comida. Invitados especiales estarán en el lugar para saludar y tomarse fotos con los asistentes. **Viernes 1 de diciembre de 5 a 7:30 p.m., Sammamish Commons.**

Un agradecimiento especial a las ciudades de Issaquah, Sammamish, Redmond, Bellevue y Kirkland, WA por proclamar del 15 al 24 de septiembre **"Semana de bienvenida al Eastside"** que reconoce que todos nos beneficiamos cuando las comunidades crean un ambiente inclusivo y cálido para los recién llegados.



You Can't Miss It!

Kiwanis Ski & Sport Swap

Upgrade your ski and snowboard equipment for less or downsize/recycle for cash! Pacific Bike & Ski and Gerk's Ski and Cycle are the participating retail vendors. A consignment fee is collected by Sammamish Kiwanis with the proceeds going back into the community to support Kiwanis' youth and service programs.

Pine Lake Covenant Church, 1715 228th Ave SE, Sam.
 Equipment Registration Drop-Off: **Friday, Oct. 20 5:30- 8 p.m. and Saturday, Oct. 21 8-10 a.m.**
 Buy Equipment: **Friday, Oct. 20 8-10 p.m. and Saturday, Oct. 21 9 a.m. - 2 p.m.**
 Cash-Out: **Saturday, Oct. 21 2:30- 4 p.m.**
 Learn more at: www.sammamishkiwanis.org

Rotary Nightmare at Beaver Lake

There's something disturbing in the woods of Sammamish. Every year at the end of October, a fearsome shadow falls over Beaver Lake Park. A group of demotivated dedicated volunteers crawl out to assemble an event that will leave you screaming. Nightmare at Beaver Lake is the Seattle area's largest indoor/outdoor haunted house. Proceeds benefit the charities and services supported by the Sammamish Rotary.

October 12 – 31: Sunday's 7–10 p.m. and Friday & Saturday, 7–11 p.m.
Monday, October 31, 7–11 p.m.

Beaver Lake Park, 2526 24th Ave SE, Sammamish
\$12-28 depending on time & ticket type
for more information:
www.nightmareatbeaverlake.com

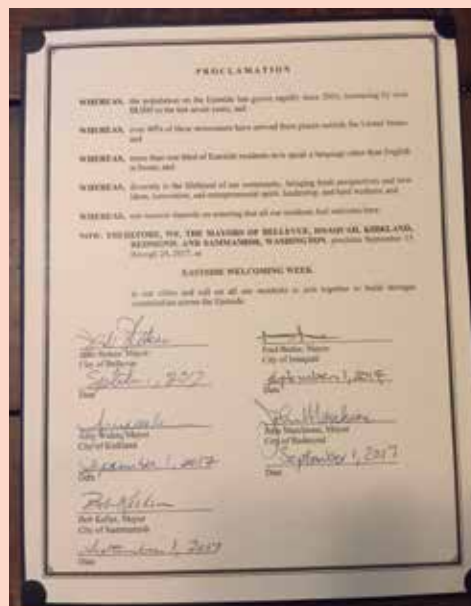
Halloween Happening

City Hall at Sammamish Commons. Trek through City Hall for a fun, safe, & free Trick or Treat adventure. Appropriate for all ages. Great for families with younger children. **Tuesday, Oct. 31, 3-4:30 p.m.**

Very Merry Sammamish

This festive, family fun event is a perfect way to kick off the holiday season. Enjoy a petting zoo, face painting, crafts, live entertainment and treats. The event is free and open to the public. Food is available for purchase. Special guests will also be on-site to meet and for photo-ops. **Friday, Dec. 1, 5-7:30 p.m.**, Sammamish Commons Plaza at City Hall

A special thanks to the cities of Issaquah, Sammamish, Redmond, Bellevue and Kirkland, WA for proclaiming September 15-24 **"Eastside Welcoming Week"** to recognize that everyone benefits when American communities create an inclusive and warm environment to newcomers



¡Bienvenido a Renton!

Renton es un centro de oportunidades, donde las familias y los negocios prosperan

Hace apenas más de 100 años, Renton era sólo un espacio abierto a lo largo del camino a Seattle. Enmarcado por colinas llenas de árboles y los ríos Black y Cedar corriendo a través de ella, esta región fue durante mucho tiempo el hogar de la gente Duwamish, que construyó sus casas a lo largo de los ríos para dedicarse a la pesca.

Actualmente, es una comunidad de más de 100 mil habitantes y sigue creciendo. Renton es sede de las compañías Boeing, PACCAR, The Landing y del campo de entrenamiento de los Seattle Seahawks, además de numerosas pequeñas empresas y industrias de servicios.

Servicios para la comunidad

Servicios a la comunidad

División de Servicios Humanos

Coordinan a prestadores de servicios para hogares con ingresos bajos y medios. La División trabaja también con otros departamentos de la ciudad para mejorar la calidad de vida de los residentes. Para mayor información de los servicios ofrecidos, marca el (425) 430-6600.

Directorio de servicios para la comunidad

Está formado por una extensa lista de servicios y programas locales de alimentos, servicios públicos, alquileres, viviendas, refugios, servicios legales y más. Puede encontrarlo en el sitio de internet de la ciudad bajo Directorio de recursos de la comunidad.

¿Necesitas ayuda, pero NO es una emergencia?

Marca 2-1-1 o 877-211-WASH o TDD 206-461-3610
2-1-1 ofrece información y referencias para todos:

- Alojamiento
- Ropa y alimentos
- Servicios para discapacitados
- Servicios de salud
- Asistencia de servicios públicos
- Ayuda Legal
- Recursos para prestadores de servicios
- Voluntariado



Welcome to Renton!

Renton is the center of opportunity where families and businesses thrive

A little more than years ago, Renton was just an open space along the trail from Seattle. Framed by densely wooded hills, and the Black and Cedar Rivers running through it, the land had long been home to the Duwamish people. The Duwamish built permanent villages and fishing weirs along the rivers.

Currently a community of over 100,000 residents and growing, Renton is still home to the Boeing Commercial Airplane Group, PACCAR, The Landing, and home of the Seattle Seahawks' training camp, in addition to numerous small businesses and service industries.

Community Resources Human Services Division

The Human Services Division coordinates and collaborates with service providers to deliver services to low and moderate income households. The Division also works with other City departments and divisions to improve the quality of life for city residents. The Human Services Division can be reached by calling 425-430-6600.

Renton Community Resource Directory

The directory has an extensive list of local area services and programs with information on food, utility/rental assistance, housing, shelters, legal services and so much more! You can find it on the city's website under Community Resource Directory.

Need NON-emergency assistance?

Dial 2-1-1 or 877-211-WASH or TDD 206-461-3610
2-1-1 offers information and referrals for everyone:

- Housing
- Food & Clothing
- Disability Services
- Health Care
- Utility Assistance
- Legal Help
- Caregiver Resources
- Volunteering



El ingreso al kínder es un momento emocionante y crítico en el desarrollo y crecimiento de los niños. Tú puedes desempeñar un papel importante en este maravilloso proceso. Esto es lo que los profesores de kínder quieren que sepas:

- 1. Tu trabajo no termina cuando dejas a tu pequeño en la escuela,** es cuando apenas empieza. El maestro de tu hijo desea que trabajen juntos. Mantenlo informado acerca de lo que ocurre en casa, cosas que podrían afectar el comportamiento o rendimiento académico de tu hijo.
- 2. Cuanto más autocontrol tenga tu hijo, más éxito tendrá en la escuela.** Los niños necesitan practicar para saber decidir cómo y cuándo expresar sus sentimientos y necesidades. Ayúdalo a desarrollar estas habilidades en casa.
- 3. Está bien darse a conocer.** Entra. Mira a tu alrededor. Examina los libros de texto y materiales. El conocimiento es poder. Cuando conozcas los temas que tu hijo está estudiando podrás ayudarlo mejor. El voluntariado es una forma maravillosa de aprender acerca de lo que sucede en la escuela y mostrarle a tu hijo cuánto te importa lo que está haciendo.
- 4. Tu hijo necesita muchas oportunidades para jugar fuera de la escuela.** El juego es la manera en que aprende sobre sí mismo y el mundo alrededor. Desafortunadamente, el juego ha sido excluido de la jornada escolar. Jugar solo y en grupos pequeños ayuda a facilitar el aprendizaje y permite que tu hijo practique habilidades y conceptos aprendidos.
- 5. La práctica de la escritura en el hogar es crítica.** Tu hijo necesita tener la oportunidad de usar lápices, crayones, marcadores, lápices de colores y otros instrumentos de escritura mientras intenta expresarse escribiendo. Comenzará con garabatos y líneas, pasará a las letras y su nombre y luego a las palabras y oraciones.



Kindergarten is an exciting and critical time in your child's development and growth. You can play an important role in this wonderful journey. Here's what kindergarten teachers want parents to know:

- 1. Your job isn't over when you drop your little one off at school;** it has only just begun. Your child's teacher wants to be your partner. Keep them informed about what goes on at home that might affect your child's behavior or academic performance.
- 2. The more self-control your child has, the more successful he or she will be in school.** Children need practice in deciding how and when to express their feelings and needs, and when and if to act on impulses. Help him or her develop and practice these skills at home before they tests them at school, where the consequences are a loss of learning for your child and for others.
- 3. It's okay to make yourself known.** Come in. Look around. Peruse the textbooks and materials. Knowledge is power. When you know about the subjects your child is studying, you will be able to help him or her better and have a common understanding for discussion. Volunteering is a wonderful way to learn about what goes on at school and to show your child how much you care about what they are doing.
- 4. Your child needs lots of opportunities for play outside of school.** Play is the way in which they learn about themselves and the people and world around him. But more often than not, play has been squeezed out of the school day. Playing both alone and in small groups helps facilitate learning and allows your child to practice skills and concepts.
- 5. Writing exploration at home is critical.** Children needs to have opportunities to use pencils, crayons, markers, colored pencils, and other writing instruments as they attempt to express tehmselves in written form. Kids begins with scribbles and lines, moves on to letters and their name, and then to words and sentences.



PRUEBAS DE VISIÓN Y AUDICIÓN

Las revisiones periódicas de visión y audición se reconocen como parte integral de la atención pediátrica preventiva. Problemas con alguno de estos sentidos tiene efectos negativos en el desarrollo educativo de los niños. La Asociación de Optometristas afirma que, al menos, uno de cada seis niños tiene un problema de visión que le dificulta leer y aprender. De manera similar, la pérdida de audición en bebés y niños está relacionada con problemas de lenguaje, poco rendimiento académico, problemas para relacionarse y dificultades emocionales.

La capacidad auditiva puede disminuir en la niñez por diferentes razones, incluyendo enfermedades infecciosas (meningitis y otitis media), golpes fuertes, niveles de ruido dañinos y algunos medicamentos.

Los estudiantes en el Distrito Escolar de Issaquah tienen pruebas de visión como requiere la ley, una vez al año en los grados Kínder a 3º, (la mayoría de las escuelas también incluyen 4º grado), 5º y 7º grado.



La prueba en la escuela sólo revisa la visión a distancia, no mide la salud de los ojos, su movimiento, control, capacidad de enfocar o el trabajo de los ojos en conjunto.

Del mismo modo en que llevas a tu hijo al dentista o al médico, te recomendamos que visite a un oftalmólogo. Si no tienes seguro de visión y requieres ayuda, por favor no dudes en comunicarte con la enfermera de la escuela para obtener información sobre posibles recursos y ayuda.

Si tu hijo usa lentes, por favor, asegúrate de que las lleve a la escuela el día de su prueba. Por favor, evita que tu hijo lleve aretes grandes el día de la prueba de audición pues pueden interferir con el examen.

Si no quieres que tu hijo sea parte de las pruebas de vista o de audición (o ambas), por favor envía una nota a la enfermera de la escuela indicando que tu hijo debe ser excluido de cualquiera (o ambas) pruebas.

Si deseas participar como voluntario en este evento de toda la escuela, comunícaselo a la oficina de la escuela. También tendrás que completar el registro de voluntarios en línea.

Habla con tu hijo sobre las pruebas. Platícale de qué se tratan. Si no sabes mucho sobre éstas y tienes tiempo, intenta ser voluntario. Para obtener más información, fechas y oportunidades de voluntariado, pregunta en la oficina de la escuela de tu hijo o PTA.

VISION AND HEARING TESTING

Periodic vision and hearing screening is recognized as an integral part of preventive pediatric health care. Adverse effects on educational and social development are obvious consequences of poor visual and hearing acuity. The Association of Optometrists states that at least one in six children have a vision problem that makes it difficult to learn and read.

Similarly, hearing loss in infants and children has been linked with lifelong deficits in speech and language acquisition, poor academic performance, personal-social maladjustments and emotional difficulties. Hearing loss can also be acquired beyond the newborn period for various reasons including infectious diseases (such as meningitis and otitis media), trauma, damaging noise levels and ototoxic drugs.

As required by law, students in the Issaquah School District have their vision screened annually in grades Kindergarten through 3rd grade, (most schools also include 4th grade), 5th grade and 7th grade. This is a mass school-screening test for distance vision only. It does not measure the eye health, eye movement, control, focusing ability, or how well the eyes work together. Just as you would bring your child to the dentist/doctor, please also consider taking your child to an eye doctor. If you do not have vision insurance and feel this is a huge burden on your family, please feel free to contact the school nurse for possible resources.



If your child wears glasses, please be sure they bring their glasses to school on the day of their school screening. Please avoid having your child wear large earrings on screening day – they may interfere with the hearing testing.

If you would like your child to be excused from vision or hearing screenings (or both), please send a note to the school nurse indicating whether your child is to be excluded from either (or both) of the screenings. If you would like to volunteer to participate in this all-school event, please let the school office know. You will need to complete the online volunteer registration, as well.

Talk to your child about the test. Tell him what to expect. If you don't know a lot about it and have the time, try to volunteer and help with this event. For more information, dates and volunteer opportunities check with the school office or the PTA.

Programa de Artes Reflections de la PTA

Es un programa de reconocimiento nacional que fomenta la creatividad artística de los estudiantes dentro y fuera del salón de clases. Se invita a los alumnos de todos los grados y habilidades a participar y explorar las artes basadas en el tema 2017-2018: A tu alcance/ *Within Reach*.

Los estudiantes pueden elegir una o todas las categorías de arte disponibles:

- Coreografía de danza
- Producción de película
- Literatura
- Composición musical
- Fotografía
- Artes visuales

El programa de arte y el Programa Nacional *Reflections* de la PTA apoyan el éxito de los estudiantes y sirven como una herramienta valiosa para establecer relaciones sólidas en la comunidad escolar. Celebra el aprendizaje artístico en tu comunidad escolar con el programa *Reflections*.

Desde 1969, *Reflections* ha inspirado a estudiantes de todo el país a explorar su creatividad. Cada año, los estudiantes desde preescolar hasta preparatoria son invitados a crear y presentar obras de arte en las áreas mencionadas.

Los trabajos son evaluados por expertos en artes visuales, literarias y escénicas. Los jueces buscan qué interpretación personal del tema propuesto muestra mayor creatividad y habilidad técnica.

Para obtener más información, ponte en contacto con la PTA de la escuela de tus hijos para conocer las reglas y los plazos de entrega de los trabajos.



PTA Reflections Art Program

PTA Reflections is a nationally acclaimed student recognition program to encourage artistic creativity in the classroom and at home. Students of all grades and abilities may participate and explore the arts based on the 2017-2018 theme: **Within Reach**.

To participate, contact your school's PTA for official Program rules and deadlines. Students may choose one or all of the available arts categories:

- Dance Choreography
- Film Production
- Literature
- Music Composition
- Photography
- Visual Arts

The arts—and the National PTA Reflections program—support student success and serve as a valuable tool for building strong partnerships in your school community. Celebrate arts learning in your school community with Reflections.

National PTA Reflections welcomes all grades and abilities to explore and be involved in the arts.

Since 1969, the PTA Reflections program has encouraged students across the nation, to explore their creativity. Each year, students in preschool through high school are invited to create and submit works of art.

The PTA Reflections submissions are reviewed by experts in the visual, literary and performing arts. Judges look for personal interpretation on the program theme that best exemplify creativity and technical skill.

To learn more about it contact the local PTA at your child's school.



Calendario de eventos de las escuelas primarias

- Martes, 3 de oct. 8:45-10 a.m.: **Apollo Elementary**, Orientación para voluntarios.
- Miércoles 4 de oct.: **Discovery Elementary**, *Walk-A-Thon*.
- Viernes 6 de oct.: **Creekside Elementary**, pruebas de visión y audición. Este evento es patrocinado por la escuela y necesita voluntarios.
- Viernes 6 de oct. 6:30-8 p.m.: **Maple Hills Elementary**, *Fall Dance*.
- Viernes 6 de oct. 1-3 p.m.: **Sunny Hills Elementary**, *Fall Fun Run*
- Martes 10 de oct.: **Sunny Hills Elementary**, toma de fotos individuales.
- Viernes 13 de oct.: **Apollo Elementary**, pruebas de visión y audición. Este evento patrocinado por la escuela necesita voluntarios.
- Viernes 13 de oct. 6:30 p.m.: **Briarwood Elementary**, *Family Movie Night*.
- Miércoles 18 de oct. 6-8 p.m.: **Discovery Elementary**, *Family Literacy Night*.
- Jueves 19 de oct. 6-8:30 p.m.: **Cougar Ridge Elementary**, *Fall Fitness Night*.
- Viernes 20 de oct.: **Sunny Hills Elementary**, entrega de trabajos para *Reflections*.
- Lunes 23 de oct.: **Todas las escuelas**, día de trabajo del profesor, no hay escuela para los estudiantes.
- Martes 24 de oct.: **Maple Hills Elementary**, pruebas de visión y audición.
- Viernes 27 de oct.: **Apollo Elementary**, entrega de trabajos para *Reflections*.
- Viernes 27 de oct.: **Clark Elementary**, *Walk-A-Thon (Orange Ruler)*.
- Viernes 27 de oct. 6-8 p.m.: **Clark Elementary**, BINGO.
- Viernes 27 de oct., 5:30-7:30 p.m.: **Creekside Elementary**, *Halloween Bash*.
- Viernes 27 de oct.: **Issaquah Valley Elementary**, Feria de diversión de otoño.
- Viernes 27 de oct. 6:30-9 p.m.: **Sunny Hills Elementary**, *Spooky Spaghetti*.
- Lunes 30 de oct.: **Apollo Elementary**, entrega de trabajos para *Reflections*.
- Jueves 2 de nov.: **Cougar Ridge Elementary**, pruebas de visión y audición.
- Martes 7 de nov.: **Issaquah Valley Elementary**, noche de *Reflections* y *Hands on Art*.
- Miércoles 8 de nov. 6-8 p.m.: **Discovery Elementary**, *Multicultural Night*
- Viernes 10 de nov.: **Todas las escuelas**, día de los Veteranos, no hay clases.
- Lunes 13 de nov.: **Discovery Elementary**, pruebas de visión y audición.
- Lunes 13 de nov.: **Sunny Hills Elementary**, pruebas de visión y audición.
- Viernes 17 de nov. 6-8 p.m.: **Apollo Elementary**, recepción para mostrar las obras del programa *Reflections*.
- Viernes 17 de nov. 6-8 p.m.: **Briarwood Elementary**, *Pizza y Bingo Night*.
- Lunes 20 de nov. al viernes 1 de dic.: **Apollo Elementary**, colecta de juguetes para el *Issaquah Gift Barn*.
- Jueves 23 de nov. y viernes 24 de nov.: **Todas las escuelas**, Acción de gracias. No hay escuela.
- Martes 5 de dic. 6:30-8:30p.m.: **Cougar Ridge Elementary**, *Bingo Night*.
- Miércoles 6 de dic. y jueves 7 de dic. 8:30 am-3:30 p.m.: **Todas las escuelas**. Conferencias de padres y maestros. ¡No hay escuela para estudiantes!
- Viernes 8 de dic. 6-8 p.m.: **Briarwood Elementary**, *Winter Family Fun Night*.
- Martes 12 de dic.: **Sunny Hills Elementary**, *Choir concert*.
- Viernes 15 de dic.: **Issaquah Valley Elementary**, *Holiday Choir*.
- Del jueves 21 de dic. al lunes 1 de ene.: **Todas las escuelas**, vacaciones de invierno. ¡No hay escuela!

Elementary Events Calendar

Tuesday, Oct. 3, 8:45-10 a.m.: **Apollo Elementary**, Volunteer Open House.

Wednesday, Oct. 4: **Discovery Elementary**, Walk-A-Thon.

Friday, Oct. 6: **Creekside Elementary**, Vision & Hearing Test - This school sponsored event needs volunteers!

Friday, Oct. 6, 6:30-8 p.m.: **Maple Hills Elementary**, Fall Dance.

Friday, Oct. 6, 1-3 p.m.: **Sunny Hills Elementary**, Fall Fun Run.

Tuesday, Oct. 10: **Sunny Hills Elementary**, Picture Day – individual.

Friday, Oct. 13: **Apollo Elementary**, Vision & Hearing Test - This school sponsored event needs volunteers!

Friday, Oct. 13, 6:30 p.m.: **Briarwood Elementary**, Family Movie Night.

Wednesday, Oct. 18, 6-8 p.m.: **Discovery Elementary**, Family Literacy Night.

Thursday, Oct. 19, 6-8:30 p.m.: **Cougar Ridge Elementary**, Fall Fitness Night.

Friday, Oct. 20: **Sunny Hills Elementary**, Reflections art entries due.

Monday, Oct. 23: **All Schools**, Teacher Work Day, no school for students.

Tuesday, Oct. 24: **Maple Hills Elementary**, Vision/Hearing Tests.

Friday, Oct. 27: **Apollo Elementary**, Reflections Early Turn-In.

Friday, Oct. 27; **Clark Elementary**, Walk-A-Thon (Orange Ruler).

Friday, Oct. 27, 6-8 p.m.: **Clark Elementary**, BINGO.

Friday, Oct. 27, 5:30-7:30 p.m.: **Creekside Elementary**, Halloween Bash.

Friday, Oct. 27: **Issaquah Valley Elementary**, Fall Fun Fair.

Friday, Oct. 27, 6:30-9 p.m.: **Sunny Hills Elementary**, Spooky Spaghetti.

Monday, Oct. 30: **Apollo Elementary**, Reflections art entries due.

Thursday, Nov. 2: **Cougar Ridge Elementary**, Vision & Hearing Screening.

Tuesday, Nov. 7: **Issaquah Valley Elementary**, Reflections/Hands on Art.

Wednesday, Nov. 8, 6-8 p.m.: **Discovery Elementary**, Multicultural Night.

Friday, Nov. 10: **All Schools**, No School, Veterans Day.

Monday, Nov. 13: **Discovery Elementary**, Hearing and Vision Tests.

Monday, Nov. 13: **Sunny Hills Elementary**, Hearing and Vision Tests.

Friday, Nov. 17, 6-8 p.m.: **Apollo Elementary**, Reflections Reception.

Friday, Nov. 17, 6-8 p.m.: **Briarwood Elementary**, Pizza Bingo.

Monday Nov. 20 to Friday Dec. 1: **Apollo Elementary**, Holiday Toy Drive for Issaquah Gift Barn.

Thursday, Nov. 23 & Friday, Nov. 24: **All schools**, Thanksgiving Holiday - No School.

Tuesday, Dec. 5, 6:30-8:30 p.m.: **Cougar Ridge Elementary**, Bingo Night, MPR.

Wednesday Dec. 6 & Thursday, Dec. 7, 8:30 a.m.-3:30 p.m.: **All schools**, Parent-Teacher Conferences - No School for Students!

Friday, Dec. 8, 6-8 p.m.: **Briarwood Elementary**, Winter Family Fun Night.

Tuesday, Dec. 12: **Sunny Hills Elementary**, Choir Concert, MPR.

Friday, Dec. 15: **Issaquah Valley Elementary**, Holiday Choir.

From Thursday, Dec. 21 to Monday Jan. 1: **All schools**, Winter Break, No School!

Un día en la vida de... un paraprofesional

Por Marisol Visser

Un paraprofesional o asistente educativo es un trabajador escolar que no tiene licencia para enseñar, pero desempeña muchos deberes en el salón de clases, tanto individualmente como con el grupo.

A tu hijo se le puede asignar un paraprofesional uno-a-uno como parte de su programa de educación individualizada Individualize Education Program (IEP), o podrían interactuar en grupo en el salón de clases. Los paraprofesionales también pueden proporcionar apoyo en el laboratorio de computación, biblioteca, realizar actividades de participación de los padres o actuar como traductores.

Tuvimos el placer de platicar con Leena Chavda y aprender más sobre su puesto en Sunny Hills Elementary.



Cultural Bridges (CB): Cuéntame un poco sobre tu posición y lo que haces en tu día a día.

Leena Chavda (LC): Por lo general, los deberes de una paraprofesional pueden variar, desde dar una guía individualizada al niño, hasta ayudar al maestro con toda la clase (sobre todo en kínder). Los paraprofesionales también ayudamos a los maestros con toda la clase, o grupos pequeños, con lectura y escritura. Otros de nuestros deberes incluyen ayudar a la hora del almuerzo, abriendo las loncheras de algunos niños, conseguirles una cuchara, cerciorarnos de que no compartan su comida y que coman suficiente.

En el recreo, los cuidamos en el patio. También los ayudamos a cruzar la calle antes y después de la escuela. El año pasado comenzaba a trabajar a las 8:40 a.m., lo primero que hacía era estar con un estudiante de quinto grado durante parte del día, era como su sombra, lo acompañaba a la clase de LRC y lo ayudaba con lectura o matemáticas. Durante el recreo de la mañana, trataba de darle espacio para que tuviera independencia y almorzaba solo, mientras yo comía mi almuerzo también. "Ser su sombra" significa estar presente y ayudar cuando se nos necesita, pero al mismo tiempo, darle suficiente independencia para tomar sus propias decisiones. Yo ayudaba a este estudiante a pensar en posibles maneras de resolver una pregunta o si el maestro tenía un plan para una lección en particular.



CB. ¿Qué consejo le darías a alguien que está buscando la misma línea de trabajo?

LC: Yo diría que lo primero es ser flexible. Cada año puede ser diferente. No recibimos el mismo número de horas cada año y los deberes cambian. En segundo lugar, tienes que ser paciente, son niños de primaria. Además, debes tener flexibilidad de pensamiento, es posible que tengas un plan para el día, pero a veces no funciona, o algo cambia repentinamente. También, te debe gustar trabajar con niños. Y, por último, tener una actitud positiva.

CB: Reflexiona desde tu primer día hasta ahora, ¿cómo te sientes acerca de tu trabajo y qué cambios has experimentado?

LC: Definitivamente he crecido mucho. Cuando empecé, toda mi experiencia en un aula era como el de una mamá voluntaria. El área donde veo mayor crecimiento es en la resolución de problemas durante el receso, cómo lidiar con problemas sociales y emocionales y ayudar a los niños a descubrir lo que está pasando y cómo resolver esos problemas. He aprendido mucho de los profesores acerca de las expectativas, cómo comunicarse con los niños y cómo manejar un salón de clases.

CB: ¿Tienes alguna historia divertida que contar?

LC: Una vez, se suponía que iba a estar en un salón y, sin pensar, entré en otro. El maestro dijo: "¿Puedo ayudarte?"; me encantaría que te quedaras, pero estás en la clase equivocada.

Leena ha sido una paraprofesional durante los últimos cuatro años. Cuando empezó, fue ayudante en el LRC y en la clase de ELL. También es la sombra de algunos alumnos. Leena es mamá de dos niños. Uno está en la escuela secundaria y el otro, en segundo grado. Ella y su esposo se trasladaron a Estados Unidos desde la India Occidental, donde todavía tienen familia. Le encanta su trabajo, el cual realiza con mucho amor y cuidado. Adora ser parte del equipo de Sunny Hills.

Gracias, Leena, por dar lo mejor a los niños ISD, ¡realmente valoramos tu trabajo!

A day in the life of... a Paraprofessional

By Marisol Visser

Paraprofessional, or Educational Assistant (EA), is an educational worker who is not licensed to teach, but performs many duties both individually with students and organizationally in the classroom. Your child may be assigned a one-on-one paraprofessional as part of his or her IEP, or your child may interact with a paraprofessional assigned to the classroom. Paraprofessionals may also provide instructional support in the computer lab, library, conduct parental involvement activities, or act as a translator.

Cultural Bridges recently had the pleasure to talk to Leena Chavda and learn more about her position at Sunny Hills Elementary.

Cultural Bridges (CB): Tell me a little about your position and what you do on a day-to-day basis.

Leena Chavda (LC): Usually Paraprofessional's duties can range from one-on-one guidance for a kid, to helping the teacher with the whole class. This is done more in Kindergarten years.

Paraprofessionals also help the teachers with the whole class, or small groups, with their reading and writing.

Other duties include assisting in the lunchroom where we help the children open their lunches, get utensils, and make sure they don't share their food. At recess, we supervise them in the playground. We also help them at street crossings before and after school.

Last year I started at 8:40 a.m. I would come in and shadow a 5th grader for part of the day then take the student to the Learning Resource Center and help with reading or math. Afterward, it would be recess. During morning recess, we tried to give them him independence so he would go to lunch by himself while I was having my own lunch. Shadowing means being present and helping when we are needed, but at the same time, giving enough independence to allow students to make their own decisions. I would help this student to think about possible ways to resolve a question, or assist if the teacher had a plan for a particular lesson.



CB: What advice would you give someone who is seeking the same line of work?

LC: I would say that the very first thing is to be flexible.

Every year can be different. We don't get the same number of hours every year and duties change every year. Second, you have to be patient. These are elementary school kids. You have to give them a chance, sometimes multiple times.

Also, you must have flexible thinking. You might have a plan for the day, but sometimes plans don't work and something suddenly changes. Next, you must love working with children. Finally, have a positive attitude.

CB: Reflect back from day one to now. How have you evolved in your current job? How have you maybe changed as a person?

LC: I have definitely grown a lot. When I started, all of my experience in a classroom was as a mom volunteer. The area where I see the most growth is in problem solving on the playground, how to deal with social and emotional problems, and helping the children figure out what is going on and how to solve those problems. I've learned a lot from the teachers about expectations, how to communicate with kids, and how to manage classrooms.

CB: Any funny stories?

To this day, I keep changing kid's names. This is something in me. Once I was supposed to be in one classroom and without thinking I walked into a different one. The teacher asked, "Can I help you? I would love for you to stay, but you are in the wrong class."

Leena has been an Paraprofessional for the past four years. When she started, she was a helper at the LRC and in the ELL class. She also shadows some children.

Leena is a busy mother of two kids. One is in middle school and one is in second grade. She and her husband moved to the U.S. from West India, where they still have family. She loves being a Paraprofessional and gives a lot of love and care to the kids, she loves to be a part of the Sunny Hills team!

Thank you, Leena, for giving your best to the ISD kids! We really appreciate you!

REDES SOCIALES, SEGURIDAD DIGITAL Y ACOSO CIBERNÉTICO

Issaquah
Gayle Morgan 425.837-6333
morgang@issaquah.wednet.edu

Beaver Lake

Beaver Lake:

Paul Cho (A-K): (425) 837-4161 chop@issaquah.wednet.edu

Kristin Beasley (L-Z): (425) 837-4162 beasleyk@issaquah.wednet.edu

Issaquah:

AnnaMaria Austin (A-K): (425) 837-6816 austina@issaquah.wednet.edu

Amy Lorang (L-Z): (425) 837-6815, loranga@issaquah.wednet.edu

Maywood:

Ms. Kellar (A-L): (425)-837-6916, kellarn@issaquah.wednet.edu

Ms. Nelson (M-Z): 425-837-6915, nelsonc2@issaquah.wednet.edu

Pacific Cascade:

Sonja Petersen, Counselor (A-Le): (425) 837-5915 petersens@issaquah.wednet.edu

Laura Meserole, Counselor (Li-Z): (425) 837-5914 meserolel@issaquah.wednet.edu

Pine Lake:

Mrs. Kristen Brittain (A-K): 425-837-5713 brittaink@issaquah.wednet.edu

Ms. Meagan Elliot (L-Z): 425-837-5712 elliotm@issaquah.wednet.edu

Issaquah

morgang@issaquah.wednet.edu

Gayle Morgan

425.837-6333

Beaver Lake :

Paul Cho (A-K): (425) 837-4161 chop@issaquah.wednet.edu

Kristin Beasley (L-Z): (425) 837-4162 beasleyk@issaquah.wednet.edu

Issaquah :

AnnaMaria Austin (A-K): (425) 837-6816 austina@issaquah.wednet.edu

Amy Lorang (L-Z): (425) 837-6815, loranga@issaquah.wednet.edu

Maywood :

Ms. Kellar (A-L): (425)-837-6916, kellarn@issaquah.wednet.edu

Ms. Nelson (M-Z): 425-837-6915, nelsonc2@issaquah.wednet.edu

Pacific Cascade :

Sonja Petersen, Counselor (A-Le): (425) 837-5915 petersens@issaquah.wednet.edu

Laura Meserole, Counselor (Li-Z): (425) 837-5914 meserolel@issaquah.wednet.edu

Pine Lake :

Mrs. Kristen Brittain (A-K): 425-837-5713 brittaink@issaquah.wednet.edu

Ms. Meagan Elliot (L-Z): 425-837-5712 elliotm@issaquah.wednet.edu

SOCIAL NETWORKING, DIGITAL SAFETY & CYBERBULLYING

社交网络·数字安全和网络欺凌

摘自Washington Superintendent of Public instructions

“当我还是个孩子的时候.....，所经历的一切完全不同。”确实如此。

当您阅读这些指导提示时，请注意，其中许多不是技术方面的指导。那是因为以前的年轻人面对的很多问题都是我们曾经面临的典型的社会情感·成长中的问题。而如今，这些问题已经被技术灌输和放大了。

- 1.交流。首先，最好的建议：保持沟通。
- 2.倾听。通过聆听孩子的网络语言，学习他们可能访问的网站和应用程序的名称。不同的年龄，不同的学校，不同的社会团体都经常使用您可能从未听过的社交软件。
- 3.签订。清楚直截地向您的孩子阐明您对他们使用这些技术的期望和规则。
- 4.过滤·阻挡·监督。让他们使用您所熟悉的软件。但是，不要依赖这些技术工具。请记住，网络安全问题是社会，发展，人类的问题。还记得，孩子们更容易熟练的掌握软件工具！
- 5.对他们网络上的行为进行合适的指导。尊重，诚实等现实生活中的价值观应同样体现在网络世界里。他们经常无法预计事情发展的速度以及网络生活的公开性。他们的帖子和图片一旦发布出去，将成为永久，没有任何东西可以收回。他们也需要清楚网络世界不都是明匿名的！
- 6.警示。注意观察您的孩子是否使用与愤怒，恐惧，语言暴力有关的网络技术。警惕网络中“新朋友”名字出现。注意对超出规范的信息进行保密。
- 7.约束家长的网络行为。你是否发送不当的消息或图片？你是否在开车时发送短消息？你是否挑逗，骚扰，折磨他人？年轻人经常模仿我们的所作所为，所以家长要做出好的表率。
- 8.记住，这是非常重要的 - 大多数年轻人绝大部分时间都是绝对安全的。他们在做惊人的事情创造丰富的社区。生活与伟大的，自制的规则和协议。但有时，他们确实需要我们。

Issaquah学区致力于为所有学生营造无骚扰，恐吓或欺凌的教育环境。为确保尊重，防止违反区域规定的伤害。保证学生们在学校社区和学校赞助活动中不会受到骚扰，恐吓或欺凌。如果您觉得自己的孩子被骚扰或被欺凌，应将事件立即报告给教师，顾问或校长。如果在校车上被欺凌，可向运输总监Gayle Morgan报告信息，电话：425.837-6333或邮箱地址：morgang@issaquah.wednet.edu。

以下是学校辅导员的联系信息！

Beaver Lake中学:

Paul Cho (负责姓氏首字母 A-K): (425) 837-4161 · chop@issaquah.wednet.edu

Kristin Beasley (负责姓氏首字母 L-Z): (425) 837-4162 · beasleyk@issaquah.wednet.edu

Issaquah中学:

AnnaMaria Austin (负责姓氏首字母A-K): (425) 837-6816 · austina@issaquah.wednet.edu

Amy Lorang (负责姓氏首字母L-Z): (425) 837-6815, loranga@issaquah.wednet.edu

Maywood中学:

Ms. Kellar (负责姓氏首字母A-L): (425)-837-6916, kellarn@issaquah.wednet.edu

Ms. Nelson (负责姓氏首字母M-Z): 425-837-6915, nelsonc2@issaquah.wednet.edu

Pacific Cascade中学:

Sonja Petersen, Counselor (负责姓氏首字母A-Le): (425) 837-5915 · petersens@issaquah.wednet.edu

Laura Meserole, Counselor (负责姓氏首字母Li-Z): (425) 837-5914 · meserolel@issaquah.wednet.edu

Pine Lake中学:

Mrs. Kristen Brittain (负责姓氏首字母A-K): 425-837-5713 · brittaink@issaquah.wednet.edu

Ms. Meagan Elliot (负责姓氏首字母L-Z): 425-837-5712 · elliottm@issaquah.wednet.edu





Calendario de eventos de las escuelas secundarias

Martes 3 de oct.: **Beaver Lake Middle School**, pastelitos con el director y reunión GM de PTSA.
 Viernes 6 de oct. 6-8:15 p.m.: **Maywood Middle School**, patinaje sobre hielo de séptimo grado, SnoKing Ice Arena.
 Martes 17 de oct.: **Todas las escuelas**, mediados de trimestre.
 Viernes 20 de oct.: **Beaver Lake Middle School**, *ASB Magazine Drive MEGA PARTY!*
 Lunes 23 de oct.: **Todas las escuelas**, día de trabajo del profesor. ¡No hay escuela para los estudiantes!
 27 de oct. 8:10- 2:35 p.m.: **Pacific Cascade Middle School**, pruebas de visión y audición, biblioteca PCMS
 Miércoles 1 de nov. 7-8:30 p.m.: **Beaver Lake Middle School**, concierto de la orquesta de otoño.
 Viernes 10 de nov.: **Todas las escuelas**, día de los Veteranos, ¡no hay escuela!
 Miércoles 15 de nov. 7-8:30 p.m.: **Beaver Lake Middle School**, concierto de la banda de otoño.
 Viernes 17 de nov.: **Beaver Lake Middle School**, proyección de visión y audición
 Jueves 23 de nov. y viernes 24 de nov.: **Todas las escuelas**, Acción de gracias, ¡no hay escuela!
 Miércoles 6 de dic. 7-8:30 p.m.: **Beaver Lake Middle School**, concierto de invierno del coro.
 Viernes 8 de dic.: **Beaver Lake Middle School**, día de calificaciones, los estudiantes salen a las 10:55 a.m.
 Viernes 15 de dic.: **Beaver Lake Middle School**, *Winter Concert Assembly*.
 Del jueves 21 de dic. al lunes 1 de enero: **Todas las escuelas**, vacaciones de invierno ¡no hay escuela!

¿Qué es Walkabout?

El programa *Walkabout* en las escuelas secundarias de ISD está patrocinado por la PTSA y apoyado por la escuela y promueve una presencia positiva de adultos en el campus durante los horarios de mayor tráfico (antes de la escuela, durante el almuerzo y después de la escuela).

La presencia de otros adultos además del personal escolar desalienta la conducta inapropiada y permite a los estudiantes sentirse seguros. También les da a los padres la oportunidad de ser voluntarios en un área que impacta directamente la seguridad de sus hijos, además les da una conexión adicional a una gran parte del día de sus estudiantes.

El programa fue iniciado en el otoño de 2001 por su autor, Ken Wong, los padres Caryn Cissna y Lynn Laks y los directores de IMS, Ron Thiele y Corrine DeRosa. ¡*Walkabout* recibió un premio PTSA del estado de Washington el primer año!

Es un programa muy popular entre mamás y papás que trabajan debido a que los horarios son flexibles. Los padres voluntarios reciben una sesión de entrenamiento al iniciar y, después, correos electrónicos con actualizaciones.

Si deseas más información, ponte en contacto con la PTSA de tu escuela.

Beaver Lake: Darlene Klaasen, Secretary, klaasend@issaquah.wednet.edu

Isaquah Middle School: IMSWalkabout@gmail.com.

Maywood Middle School: Dawn Peschek, volunteer@maywoodpts.org

Middle School Events Calendar

Tuesday, Oct. 3: **Beaver Lake Middle School**, Pastries with the Principal and PTSA GM Meeting.
 Friday, Oct. 6, 6-8:15 p.m.: **Maywood Middle School**, 7th Grade Ice Skating Social, Sno King Ice Arena.
 Tuesday, Oct. 17: **All Schools**, Mid-Trimester
 Friday, October 20: **Beaver Lake Middle School**, ASB Magazine Drive MEGA PARTY!
 Monday, Oct. 23: **All Schools**, Teacher Work Day, no school for students!
 27 Oct. 8:10 AM to 2:35 p.m.: **Pacific Cascade Middle School**, Vision and Hearing Testing, PCMS Library.
 Wednesday, Nov. 1, 7-8:30 p.m.: **Beaver Lake Middle School**, Fall Orchestra Concert
 Friday, Nov. 10: **All Schools**, Veterans Day, No School!
 Wednesday, Nov. 15, 7-8:30 p.m.: **Beaver Lake Middle School**, Fall Band Concert
 Friday, Nov. 17: **Beaver Lake Middle School**, Vision & Hearing Screening
 Thursday, Nov. 23 & Friday, Nov. 24: **All schools**, Thanksgiving Holiday - No School!
 Wednesday, Dec. 6, 7-8:30 p.m.: **Beaver Lake Middle School**, Winter Choir Concert
 Friday, Dec. 8: **Beaver Lake Middle School**, Grading Day, students dismissed at 10:55am
 Friday, Dec. 15: **Beaver Lake Middle School**, Winter Concert Assembly
 From Thursday, Dec. 21 to Monday Jan. 1: **All schools**, Winter Break, No School!

What is Walkabout?

The Walkabout Program at the ISD middle schools is a PTSA sponsored, school supported, parent staffed program that provides a positive adult presence on campus during peak traffic times (before school, during lunch, and after school). The additional adult presence discourages inappropriate behavior allowing students to feel safe. It also gives parents the opportunity to volunteer in an area that directly impacts their child's safety and gives them an additional connection to a big part of their child's day.

The program was started in the Fall of 2001 by parents (Caryn Cissna & Lynn Laks), program originator (Ken Wong) and IMS principals (Ron Thiele and Corrine DeRosa). It received a Washington State PTSA award the first year!

It is a very popular program among working Moms and Dads because of the flexible times to volunteer! All parents are welcome to participate after completing a one time training session! Once parents attend a once in a lifetime training, they will receive weekly walkabout updates with the link to our volunteer spot sign ups.

If you like more information, contact your school's PTSA.

Beaver Lake: Darlene Klaasen, Secretary klaasend@issaquah.wednet.edu

Issaquah Middle School: IMSWalkbout@gmail.com.

Maywood Middle School: Dawn Peschek, volunteer@maywoodpts.org

La amabilidad comienza desde casa

Por Marisol Visser

¿Qué significa la bondad para ti?

La empatía es nuestra capacidad de reconocer y responder a las necesidades y el sufrimiento de los demás.

Aunque la bondad puede parecer algo bastante sencillo de aprender, es un poco más complicado que tomar una clase. Los niños nacen para ser bondadosos, pero para el cuarto grado, investigaciones muestran que al socializar piensan más en sí mismos que en otros.



¿Cómo podemos cambiar esta tendencia y crear hábitos de bondad para toda la vida?

Como papás, uno de nuestros mayores anhelos es que nuestros hijos se conviertan en una persona buena y amable, que cuando tengan la oportunidad de ayudar a los demás, lo hagan. Nunca queremos que sean crueles o intolerantes. Una forma de ayudar a nuestros hijos a aprender sobre la bondad es mostrándoles bondad.

¿Has oído hablar de las Neuronas Espejo?

Éstas son células en nuestro cerebro que nos guían hacia la imitación y son especialmente activas durante nuestra

infancia. Cuando los niños observan una acción, sus cerebros responden como si ellos mismos la estuvieran haciendo. Sus cerebros forman nuevos caminos neuronales y estos constituyen la base para comportamientos que se mantendrán con ellos a lo largo de sus vidas.

Los actos de ayuda comunitaria son siempre una buena manera de dar, sobre todo en días festivos, aunque también durante el año escolar. Puedes ayudar en las escuelas de tus hijos o involucrarte en algún servicio comunitario.

Esta lista de diferentes actos de bondad pueden ser fáciles de aprender y hacer con tus hijos:

1. **¡Sonríe con más frecuencia!** Juega un juego sonriente con tus hijos para mostrarles cómo sonreír es contagioso.
2. **Juega el juego de los halagos.** ¡Se siente bien recibir un halago, pero aún mejor cuando das uno!
3. **Da gracias,** sólo gracias, a la gente que amas, sin ninguna razón en particular.
4. **Deja una nota amable, graciosa o inspiradora en un libro** de la biblioteca que hayas leído.
5. **El trabajo voluntario es bueno para el corazón.** La participación de los niños en el trabajo voluntario les enseña que se siente bien el ayudar sin nada a cambio.
6. **Se un compañero de estudio** o ayuda a un niño más joven con la tarea.
7. **Deja un dólar** en alguna máquina expendedora.

Kindness Starts at Home

By Marisol Visser

What does kindness mean to you?

Empathy is our ability to recognize and respond to the needs and suffering of others.

While kindness might seem pretty straightforward to learn, it's a bit more complicated than taking a class. Children are born to be givers, but by 4th grade, research shows they are socialized to think more about themselves than about others.



How do we reverse this trend and create long-lasting habits of kindness?

As parents, one of our greatest hopes is that our kids will become kind and good people. When they have a choice to help others, we hope they will. We never want them to be cruel or intolerant. One way to help our kids learn about kindness is by showing them kindness!

Have you heard about Mirror Neurons?

These are cells in our brain that wire us for imitation, and they're especially active during our childhood. When kids observe an action, their brains respond as if they are making the action

themselves. Their brains form new neural pathways, and these make the basis for behaviors that will stick with them throughout their lives.

Altruistic deeds are always a big deal. Around the holidays, and also throughout the school year, you can help at your children schools or get involved in community service.

Here is a list of random acts of kindness that are easy for kids to learn and do:

1. **Smile more often!** Play a smiling game with your kids to show them how smiling truly is contagious.
2. **Play the compliment game.** It feels good to receive a compliment, but even better to give one!
3. **Say thanks**—just thanks—to the people you love, for no particular reason.
4. **Leave a kind, funny, or inspiring note** in a library book you've read.
5. **Volunteer for good.** Involving kids in volunteer work teaches them that it feels good to be helpful.
6. **Be a study buddy**, or help a younger kid with homework.
7. **Leave a dollar** in a vending machine slot.
8. **Recycle!** Not only are you helping the earth, but you are helping to make the world a better, "cleaner" place.
9. **Hold the door open for people behind you.** This is great if you are out Christmas shopping, and it teaches great manners.

Deportes en la preparatoria

Para comenzar con el proceso de registro necesitas tener acceso a una computadora y una impresora, ya que algunos formularios deben imprimirse y llevarse a las oficinas de contabilidad y atletismo de su escuela.

- Alumnos de la preparatoria Gibson Ek: pueden comunicarse con la escuela a la que su hijo pertenecería para inscribirse a algún deporte. Una vez que su estudiante esté matriculado, tendrá acceso para completar el registro de *Athletic Gateway* al día siguiente.

- Los estudiantes que estudian desde casa o en escuela privada que deseen participar en deportes este año, necesitan llenar un paquete de inscripción limitada y devolverlo a la oficina de la consejería en la escuela antes de poder registrarse para algún deporte.



Los siguientes formularios deben ser entregados como parte de este proceso:

1. Formulario de confirmación .
2. Formulario de autorización de emergencia.
3. Copia original de la forma de condición física de los deportistas.
4. Copia de calificaciones o expediente estudiantil (SÓLO si es estudiante nuevo al distrito).

El sistema de registro de deportes en línea utiliza el mismo nombre de usuario que *Family Access/Skyward*.

- Si olvidaste tu nombre de usuario o contraseña, ve a *Family Access/Skyward* y pulsa *Forgot Login/Password*. Recibirás un correo electrónico con un enlace para restablecer una nueva contraseña.

Tarjeta ASB: \$55 - Todos los estudiantes que deseen hacer un deporte o actividad deben comprar una tarjeta ASB.

Tarifa por Deporte: Todos los deportistas están obligados a pagar una cuota \$200 por deporte. Ningún estudiante pagará más de \$400 por año escolar (el tercer deporte es gratis). *Cheer* y *Dance/Drill* no están obligados a pagar los \$200, pero pueden estar obligados a pagar otros cargos.

Los deportes de Invierno darán inicio en noviembre 2017

Directores deportivos por escuela:

Issaquah High School: Luke Ande, andel@issaquah.wednet.edu

Liberty High School: Danielle Zelinski, zelinskid@issaquah.wednet.edu

Skyline High School: Brent Kawaguchi, kawaguchib@issaquah.wednet.edu



High School Sports

To get started with the registration process you will need access to a computer and a printer as some forms are required to be printed out and brought to the Bookkeeping & Athletic offices at your school.

- Gibson Ek Families: Contact the registrar at your student's boundary school to enroll for sports. Once your student is enrolled, you will have access to complete the Athletic Gateway registration process the next day.
- Home Based/Private School Students - To be enrolled at your student's boundary school: For home-based or private-school students hoping to participate in sports this year, you will need to fill out a limited enrollment packet and return it to the counseling office at the school prior to being able to register for athletics. Keep in mind that it takes at least 24 hours after enrollment for your student to become active in the athletics system.



The following forms are required to be turned in as a part of that process:

1. Confirmation Form
2. Emergency Authorization Form
3. Original Signed Doctor's Sports Physical Form
4. Copy of Grades/Transcripts (ONLY if new student to ISD)

The online Sports Registration System (Registration Gateway) uses the same Family Access logins as Skyward.

- If you don't know your username or password, go to Family Access and click on 'Forgot your Login/Password'.
- You will receive an email with a link to reset your password from Family Access.

ASB Card: \$55 - All students turning out for a sport/activity must purchase an ASB card.

Sports Fee: \$200 per student/per sport with a \$400 per student maximum/year.

All athletes are required to pay a \$200 sports fee for each sport. No student will pay more than \$400 per school year in sports fees (the 3rd sport is free). Cheer & Dance/Drill are not required to pay the \$200 sports fee, but may be required to pay other activity fees.

Winter sports start November 2017.

Building Athletic Directors:

Issaquah High School: Luke Ande, andel@issaquah.wednet.edu

Liberty High School: Danielle Zelinski, zelinskid@issaquah.wednet.edu

Skyline High School: Brent Kawaguchi, kawaguchib@issaquah.wednet.edu



Créditos por idiomas mundiales

¿Habla tu hijo otro idioma en casa? ¿Sabes que podría recibir algunos créditos por este talento?

Idioma mundial es "cualquier lengua que haya sido formalmente aprendida, incluyendo el lenguaje de señas (AMESLAN, lengua de la comunidad sorda), o idiomas que ya no se hablan, como latín y griego antiguo.

Para demostrar el manejo y fluidez en la evaluación de un Idioma esta será alineada con las normas de fluidez del Consejo Americano de Enseñanza de Idiomas Extranjeros (ACTFL). Los estudiantes demostrarán su habilidad a través de múltiples pruebas lingüísticas, que incluyen hablar, leer, escuchar y escribir.

El distrito seleccionará los instrumentos de evaluación apropiados aprobados por OSPI de los siguientes:

- Medición de fluidez Basada en Estándares (STAMP) en lectura, escritura y habla (y oído, si está disponible) para todos los idiomas para los cuales está disponible (a partir de 2010, español, francés, alemán, italiano, japonés, chino). STAMP es ofrecido por *Avant Assessment* (<http://avantassessment.com>).
- Evaluaciones de ACTFL (Audiencia Oral para la Enseñanza de Idiomas Extranjeros). Entrevista de dominio del habla (OPI) o Entrevista de fluidez oral (OPIc) y Prueba de manejo de escritura (WPT) para idiomas para los cuales STAMP no está disponible o para cuáles evaluaciones ACTFL Se consideran más apropiados. Las evaluaciones de ACTFL se ofrecen a través de *Language Testing International* (www.languagetesting.com).
- Evaluaciones apropiadas para el Lenguaje de Señas Americano, como la Entrevista de Dominio de Signos (SLPI).

Determinación de fluidez y equivalencia de créditos
El distrito otorgará uno o más créditos basados en que el estudiante demuestre un nivel de manejo general de acuerdo a las pautas de competencia de ACTFL como estos:

- novato medio - 1 crédito
- novato alto - 2 créditos
- intermedio bajo- 3 créditos
- intermedio medio y más - 4 créditos

Crédito por fluidez/manejo - 2409P

Dado que los estudiantes pueden demostrar diversos niveles de fluidez entre las habilidades, los créditos se otorgarán basándose en el nivel más bajo de manejo demostrado en las áreas de habilidad.

Ejemplo: Si un estudiante demostró una habilidad intermedia media en el habla, pero sólo novato medio en lectura y escritura, entonces los créditos serían otorgados basándose en el nivel más bajo de fluidez demostrada, es decir, un crédito para novato medio.

Costo de las evaluaciones

Los costos de los exámenes para evaluaciones son responsabilidad de los estudiantes/padres.

Reporte de resultados

La escuela recibirá los resultados de las pruebas oficiales para cada estudiante que participe en el proceso de evaluación. Se le entregará una carta al estudiante con una copia de los resultados de la prueba y una indicación de cuántos créditos del idioma, si los hay, pueden ser otorgados. Si el estudiante lo solicita, los consejeros de la escuela registrarán los créditos del idioma obtenidos en el expediente oficial. Los créditos se otorgarán con una calificación de "aprobado/pass". No se otorgarán calificaciones de letras para los créditos basados en fluidez.

World Languages Credit for Competency/Proficiency

Does your kid speak another language at home? Do you know that they could revive some credits for this talent?

A world language is defined, according to the definition used by the Higher Education Coordinating Board, as “any natural language that has been formally studied, including American Sign Language (AMESLAN, the language of the deaf community), and languages no longer spoken, such as Latin and ancient Greek.

Demonstrating Competency/Proficiency in a World Language Assessments will be aligned to the American Council on the Teaching of Foreign Languages (ACTFL) Proficiency Guidelines in order to ensure consistency across languages. Students will demonstrate competency/proficiency across multiple language skills, which include: speaking, reading, listening and writing.

The District will select appropriate OSPI approved assessment instrument(s) from the following:

- Standards-based Measurement of Proficiency (STAMP) in reading, writing, and speaking (and listening, if available) for all languages for which it is available (as of 2010, Spanish, French, German, Italian, Japanese, Chinese). STAMP is offered by Avant Assessment (<http://avantassessment.com>).
- American Council on the Teaching of Foreign Languages (ACTFL) assessments Oral Proficiency Interview (OPI) or Oral Proficiency Interview Computer Based (OPIc) and Writing Proficiency Test (WPT) — for languages for which STAMP is not available or for which ACTFL assessments are deemed to be more appropriate. ACTFL assessments are offered through Language Testing International (<http://www.languagetesting.com>).
- Appropriate assessments for American Sign Language such as the Sign Language Proficiency Interview (SLPI).

Determining Competency and Credit Equivalencies
The District will award one or more credits based on the student demonstrating an overall proficiency level according to the ACTFL Proficiency Guidelines as follows:

- Novice Mid – 1 credit
- Novice High – 2 credits
- Intermediate Low – 3 credits
- Intermediate Mid and above – 4 credits

Credit for Competency/Proficiency – 2409P

Since students may demonstrate varied levels of proficiency across skills, credits will be awarded based on the lowest common level of proficiency demonstrated across the skill areas.

(Example: If a student demonstrated Intermediate Mid level proficiency in Speaking, but Novice Mid in Reading and Writing, then credits would be awarded based on the lowest common level of demonstrated proficiency, i.e. one credit for Novice Mid. The student would not receive individual credits for separate language skills. In this example, the student would not receive four credits for Intermediate Mid in Speaking and one credit each for Novice Mid in Reading and Writing. The total award is one World Language credit.)

Paying for Assessments

Testing fees for assessments are the responsibility of students/parents.

Reporting Results

The school will receive official test results for each student participating in the assessment process. A letter will be provided to the student with a copy of the test results and an indication of how many world language credits, if any, may be awarded. If requested by the student, the school counselors will record the world language credits earned on the official transcript. Credits will be awarded with a grade of “Pass.” No letter grades will be awarded for competency-based credits.

Calendario de eventos de las escuelas de bachillerato

Martes 3 de oct. 5-8:30 p.m.: **Issaquah High School**, Noche de *Planificación High School and Beyond*.

Martes 17 de oct. 6-8 p.m.: **Liberty High School**, * *One Love Escalation Workshop*, *Liberty Performing Arts Center*

Viernes 20 de oct.: **Skyline High School**, *Homecoming Varsity Football Game*.

Sábado 21 de oct. 7-10 p.m.: **Skyline High School**, *Homecoming Dance*.

Lunes 23 de oct.: **Todas las escuelas**, día de trabajo de los profesores, ¡no hay escuela para los estudiantes!

Viernes 10 de nov.: **Todas las escuelas**, día de los Veteranos, ¡no hay escuela!

Martes 14 de nov. 6:30-8:30 p.m.: **Issaquah High School**, *Ask a Counselor Night*, noche de *Reflections*.

Jueves 23 de nov. y viernes 24 de nov.: **Todas las escuelas**, Acción de gracias, ¡no hay escuela!

Sábado 9 de dic.: **Issaquah High School**, *ASB Winter Formal Dance*.

Martes 14 de nov. y miércoles 15 de nov.: **Skyline High School**, entrevistas de salida para los estudiantes por salir de la escuela (apellidos A-L)

Martes 5 de dic. y miércoles 6 de dic.: entrevistas de salida para los estudiantes por salir de la escuela (M-Z)

Lunes dic. 11 y martes dic. 12: entrevistas de salida para los estudiantes por salir de la escuela (*Running Start*)

Del jueves 21 de dic. al lunes 1 de ene.: **Todas las escuelas**, vacaciones de invierno, ¡no hay escuela!



One Love está trabajando para poner fin a la violencia en las relaciones, educando a los jóvenes sobre las relaciones saludables y las no saludables creando un movimiento para el cambio.

One Love fue creado para honrar el recuerdo de Yeadley Love, egresada de la UVA, quien fue asesinada por su ex novio semanas antes de graduarse.

Hoy en día, *One Love*, en colaboración con escuelas preparatorias, colegios y grupos comunitarios, ofrece campañas digitales y el taller *Escalation*, basado en películas como un parteaguas para esta conversación.

High School Events Calendar

Tuesday, Oct. 3, 5-8:30 p.m.: **Issaquah High School**, High School and Beyond Planning Night.

Tuesday, Oct. 17, 6-8 p.m.: **Liberty High School**, *One Love Escalation Workshop, Liberty Performing Arts Center.

Friday, Oct. 20: **Skyline High School**, Homecoming Varsity Football Game, subject to change.

Saturday, Oct. 21, 7-10 p.m.: **Skyline High School**, Homecoming Dance, subject to change.

Monday, Oct. 23: **All Schools**, Teacher Work Day, no school for students!

Friday, Nov. 10: **All Schools**, Veterans Day, No School!

Tuesday, Nov. 14, 6:30-8:30 p.m.: **Issaquah High School**, Ask a Counselor Night/Reflections Reception, Library.

Thursday, Nov. 23 & Friday, Nov. 24: **All schools**, Thanksgiving Holiday - No School!

Saturday, Dec. 9: **Issaquah High School**, ASB Winter Formal Dance.

Tuesday, Nov 14 & Wednesday Nov. 15: **Skyline High School**, Senior Exit Interviews (A-L).

Tuesday, Dec. 5 & Wednesday Dec. 6: **Senior Exit Interviews** (M-Z).

Monday, Dec. 11 & Tuesday, Dec. 12: **Senior Exit Interviews** (Running Start).

From Thursday, Dec. 21 to Monday Jan. 1: **All schools**, Winter Break, No School!



One Love is working to end relationship violence by educating young people about healthy and unhealthy relationships and mobilizing them in a movement for change.

One Love was created to honor the memory of Yeardeley Love, a UVA senior, who was killed by her ex-boyfriend just weeks before graduation.

Today, One Love partners with high schools, colleges, and community groups to provide digital campaigns and the film-based Escalation Workshop as a catalyst for this conversation.

Amigos de la Juventud



Ofrece una amplia variedad de servicios a los jóvenes y sus familias para mejorar su salud emocional y autosuficiencia, a fin de que todos los jóvenes tengan todas las oportunidades para tener éxito.

Friends of Youth brinda consejería para jóvenes y sus familias en Issaquah, Snoqualmie y Duvall. Además, trabajamos en conjunto con distritos escolares locales para brindar asesoramiento y apoyo a los jóvenes en sus escuelas. Nuestros servicios incluyen terapia individual y/o familiar, dependiendo de las necesidades de los jóvenes.

Además, ofrecemos una variedad de clases de educación para padres de niños pequeños y adolescencia.

Recursos para el abuso de sustancias tóxicas

Friends of Youth ofrece una variedad de programas de prevención, evaluación, intervención temprana, remisión y tratamiento para los jóvenes y sus familias.

Inicio saludable Healthy Start

Es un programa de educación para padres jóvenes de 24 años de edad o menores, que estén embarazadas o sean padres de un niño menor de 12 meses en el momento del contacto.

Servicios de prevención

En los distritos escolares de Snoqualmie Valley y Issaquah, Friends of Youth ofrece servicios de prevención para enseñar habilidades que promueven la abstinencia y reducen los factores de riesgo asociados con el consumo de drogas y alcohol. Friends of Youth determina los honorarios según el tamaño de la familia y los ingresos y aceptan Medicaid y compañías de seguros privadas.

Edad a las que damos servicio: Jóvenes locales (bebés/niños pequeños hasta adultos jóvenes menores de 25 años) y sus familias.

Contacto: Issaquah (425) 392-6367

Si tienes pensamientos acerca del suicidio, o si conoces a alguien que está en crisis, llama a la Línea de Vida Nacional de Prevención del Suicidio al **800-273-TALK** (800-273-8255).

Si eres adolescente y quieres hablar con otro adolescente de manera anónima y confidencial sobre lo que esté en tu mente, llama a Teen Link al **206-461-4922** o al número gratuito **(866) TEENLINK** (866-833-6546).

Si deseas obtener más información, visita: www.friendsofyouth.org/youthAndFamily.aspx

¿Quieres apoyarlos? ¡Únete a ellos para su recaudación de fondos!

8 de noviembre de 2017, 7:30-8:30 a.m.: Issaquah Youth & Family Services Desayuno, Holiday Inn de Issaquah.

Friends of Youth



Friend of Youth delivers a broad range of services to youth and their families to improve their emotional stability and self-sufficiency. They envision all youth having every opportunity to succeed.

Friends of Youth provides counseling to youth and their families in Issaquah, Snoqualmie and Duvall. Additionally, Friends of Youth has partnered with local school districts to provide some counseling and support for youth in their schools. Services offered include individual and/or family therapy, depending on the needs of the youth.

In addition, a variety of parenting classes for parents of young children and adolescence are offered.

Substance Abuse Resources

Friends of Youth offers a variety of prevention, assessment, early intervention, referral and treatment programs for youth and their families.

Healthy Start

Healthy Start is a parenting education program for young parents age 24 or younger, who are pregnant with or parenting a child under the age of 12 months at the time of referral.

Prevention Services

In the Snoqualmie Valley and Issaquah School Districts, Friends of Youth provides prevention services to teach skills that promote resiliency and reduce risk factors associated with drug and alcohol use. Friends of Youth determine fees according to family size and income and accepts Medicaid and private insurance carriers.

Ages served: Local youth (infant/toddler up through young adults under age 25) and their families.

Contact: Issaquah (425) 392-6367

If you are having thoughts about suicide, or if you know someone who is in crisis, please call the National Suicide Prevention Lifeline at **800-273-TALK** (800-273-8255).

If you're a teen and want to talk with another teen anonymously and confidentially about whatever is on your mind, call Teen Link at **206-461-4922** or toll free at **866-TEENLINK** (866-833-6546).

If you want to learn more, visit: www.friendsofyouth.org/youthAndFamily.aspx

Do you want to support them? Join them for their fundraising!

November 8th, 2017, 7:30-8:30 a.m.: Issaquah Youth & Family Services Breakfast, Holiday Inn of Issaquah.

Granero con juguetes de navidad

Issaquah Food & Clothing Bank

Holiday Gift Barn



El Issaquah Food and Clothing Bank se enorgullece de traer alegría y felicidad a las familias durante esta temporada navideña. El objetivo de este programa es ayudar con alegría navideña a través de la entrega de regalos para niños de edades desde 0 a 18 años de edad.

Hacemos del Pickering Barn una gigantesca tienda de juguetes y dejamos que las familias compren regalos para sus hijos. También tenemos una estación de envoltura y cuidado de niños para que los regalos pueden ser sorpresas la mañana de Navidad.

Los beneficios de nuestro programa de "compras" son grandes para los clientes y donantes:

1. Los padres pueden escoger exactamente lo que sus hijos quieren.
2. Los padres pueden envolver regalos para sus hijos y saber exactamente lo que van a recibir.
3. Cada niño en el programa obtendrá el mismo número de regalos.

Las inscripciones se abrirán a principios de noviembre 2017.

Cada familia elige de tres a cuatro regalos por niño, dependiendo de las donaciones.

¿Preguntas? Envía un correo electrónico a Rebecca, rebecca@issaquahfoodbank.org o llama al 425-392-4123 x11.

¿Cómo puedo ser voluntario en este evento?

Se necesitan casi 100 voluntarios por día para ayudar. Esta es una gran oportunidad de voluntariado para grupos de amigos, empresas y familias. Contamos con turnos para los voluntarios a partir de los 13 años de edad. Los proyectos incluyen: estación de envoltura de regalos, apoyo para el cuidado de los niños (debe completar una verificación de antecedentes), preparación y organización.

Los donantes deben saber que todos nuestros regalos permanecen locales y apoyan a los niños del Distrito Escolar Issaquah que necesitan servicios.

Detalles para las donaciones:

1. Todos los regalos deben ser nuevos.
2. Estos pueden variar en precio y valor. Nuestra meta es crear equidad en los regalos que cada niño recibe. Por ejemplo, si una bicicleta o un iPod son donados, eso equivaldría al valor de tres regalos más pequeños.
 - * Además, tendremos una sección de pequeños regalos para las botas navideñas, por lo que los padres no tendrán que contar artículos como calcetines, PJs, ropa interior, sombreros y guantes como regalo principal.
3. Por favor, no envuelva los regalos. Si lo desea, ayúdenos donando papel de regalo y suministros para nuestra estación de envoltura de regalos.
4. El punto de entrega para donaciones es el lunes y martes 5 y 6 de diciembre de 1:00 a 7:00 p.m. en Pickering Barn, 1730 10th Ave. NW, Issaquah, WA 98027.

No tenemos lugar para almacenar en el Issaquah Food and Clothing Bank, por lo que agradecemos a los donadores que lleven sus regalos al Pickering Barn los días de entrega.

Voluntarios (debe inscribirse como voluntario y pre-registrarse para turnos):

www.issaquahfoodbank.org/volunteer

Registro del cliente: Rebecca Rayner (extensión 11) o rebecca@issaquahfoodbank.org

Holiday Gift Barn

Issaquah Food & Clothing Bank

Holiday Gift Barn



The Issaquah Food and Clothing Bank is proud to be a part of bringing joy and happiness to families during this holiday season. The goal of this program is to help all families with holiday cheer through the giving and sharing of gifts for children ages birth to 18 years old.

We turn the Pickering Barn into a giant toy store and let families shop and choose gifts for their children. They also have a wrapping station and child care so the gifts can stay a surprise until Christmas morning.

The benefits of our "shopping" style program are big for customers and donors:

1. Parents can pick out exactly what their children want.
2. Parents get to wrap presents for their children and know exactly what they will be receiving.
3. Every child in the program will get the same number of gifts.

Registration will open in early November for 2017.

Each family chooses 3-4 gifts per child, depending on donations. We will have gift-wrap, and child care available as well, to help keep your gifts a surprise until Christmas morning.

Questions? Email Rebecca, rebecca@issaquahfoodbank.org or call 425-392-4123 x11.

Volunteers

The Issaquah Food and Clothing Bank needs almost 100 volunteers each day for helping with the Holiday Gift Barn. This is a great volunteer opportunity for groups of friends, businesses and families. There are volunteer shifts for volunteers 13 years and older. Younger volunteers' projects include: gift-wrapping station, childcare support (must complete a background check), set-up and stocking stuffer organizing.

Donor Expectation Details:

1. All gifts should be brand new and not used.
2. Gifts can vary in price and value. Our goal is to create equity in the gifts that each child receives. For example, if a bike or iPod are donated, that would equal the value of three smaller gifts.

*Additionally, we will have a stocking stuffer section, so parents will not have to count items like socks, PJs, underwear, hats and gloves as the primary gifts for their children.

3. Please do not wrap gifts. We encourage donors to help us provide gift-wrap and supplies for our gift-wrapping station.

4. Donation drop-off and set-up is Monday and Tuesday, December 5 and 6 from 1-7 pm at the Pickering Barn (1730 10th Ave. NW, Issaquah, WA 98027).

We have NO storage at the Issaquah Food and Clothing Bank, so we thank donors in advance for bringing their gifts to the Pickering Barn on the drop off days.

Volunteers (must enroll as a volunteer & pre-register for volunteer shifts):

www.issaquahfoodbank.org/volunteer/

Client registration: Rebecca Rayner (extension 11) or rebecca@issaquahfoodbank.org

Celebraciones por el mundo, Diwali

Por Shanta Dubey

Diwali, también conocido como el “Festival de las Luces”, es el día en que los hindúes celebran el regreso del rey Rama desde el exilio (según la epopeya hindú Ramayana), la victoria del bien sobre el mal, el triunfo de la luz sobre la oscuridad y las bendiciones De Lakshmi, la diosa de la riqueza. Durante esta temporada, casas y oficinas están llenas de decenas de estas lámparas de arcilla, llamadas diyas, que significa literalmente lámpara en hindi o deepa en sánscrito.

Es el festival de cinco días de luces, celebrado por millones de hindúes, budistas, sijs y jainis en todo el mundo. Es celebrado por la mayoría de hindúes indio-americanos (95%), y casi la mitad de los que no son hindúes (45%).



La historia de Diwali se remonta a la Épica hindú del Ramayana, Lord Rama séptimo avatar (encarnación del dios Vishnu). Hace más de mil años, había un príncipe amable, humilde y muy querido llamado Rama, que pronto sería nombrado Rey. En cambio, su celosa madrastra encontró una manera de hacer que Rama fuera desterrado al bosque durante 14 años. Su esposa, Sita, y su hermano, Lakshman, fueron con él porque no querían dejarlo solo. Un día, un rey demonio llamado Ravana vio a Sita y se

enamorado de su belleza. Él tramó un plan y finalmente la secuestró. Rama fue en la búsqueda de Ravana y luchó una gran guerra para ganar a su amada Sita de nuevo. Después de su reunión, y completando su exilio de 14 años, Rama, Sita y Lakshman regresaron a casa a Ayodhya donde la gente se regocijó y alumbró lámparas en todo el reino para darles la bienvenida de nuevo. Poco después, Rama fue coronado Rey de Ayodhya.

Cuando yo era pequeña en la India, celebrábamos Diwali con gran entusiasmo. Como niña, estábamos entusiasmados con los fuegos artificiales, arte rangoli, variedades de dulces, ropa nueva y juguetes nuevos. Aquí en Seattle/Sammamish, podemos hacer casi todas estas cosas. Sin embargo, realmente extrañamos los fuegos artificiales en Diwali (como el 4 de julio).

Shanta es madre de dos, creció en la parte norte de la India, desde 2004 vive con su familia en los Estados Unidos.

Si deseas conocer más sobre de las celebraciones de Diwali en el área de Seattle visita: <http://seattlecenter.com/festal/detail.aspx?id=99>

Around the World Celebrations, Diwali

By Shanta Dubey

Diwali, also known as the “Festival of Lights,” is when Hindus celebrate the return of King Rama from exile (according to the Hindu epic Ramayana), the victory of good over evil, triumph of light over darkness, and the blessings of Lakshmi, the goddess of wealth. Houses and offices are aglow with dozens of these clay lamps, called diyas — literally lamp in Hindi — or deepa in Sanskrit.

Diwali is the five-day festival of lights, celebrated by millions of Hindus, Buddhist, Sikhs and Jains across the world. It is celebrated by most Indian-American Hindus (95%), and nearly half of those who are not Hindus (45%).

The story of Diwali goes back to the Hindu Epic of the Ramayana, Lord Rama seventh avatar (incarnation



of the god Vishnu). Over a thousand years ago, there was a kind, humble, and much beloved Prince named Rama who was soon to be named King. Instead, his jealous stepmother found a way to have Rama banished to the forest for 14 years. His wife, Sita, and brother, Lakshman, went with him because they did not want to leave his side. One day, a demon king named Ravana saw Sita and fell in love with her beauty. He hatched a plan and eventually kidnapped her. Rama went in pursuit of Ravana and fought

a great war to win his beloved Sita back. After their reunion, and completing their 14 year exile, Rama, Sita, and Lakshman returned home to Ayodhya where the people rejoiced and lit lamps all over the kingdom to welcome them back. Shortly after, Rama was crowned King of Ayodhya.

Growing up in India, we celebrated Diwali with grand splendor. As a kid, we were excited about firecracker lighting, rangoli art, the wide variety of sweets, new clothes and new toys. Here in Seattle/Sammamish, we can do all of these things above. However, we really miss the ability to burst fire cracker on Diwali (like the 4th of July).

Shanta mother of two, she grew up in the northern part of India. She and her family have lived in the United States since 2004.

For more information about local Diwali celebrations at the Seattle Center area visit: <http://seattlecenter.com/festal/detail.aspx?id=99>

Probando algo nuevo

Por Megan Khron

Hacer cosas nuevas puede ser intimidante, especialmente cuando estás haciendo algo que realmente no sabes cómo hacer. Pero tan aterrador como estas cosas pueden ser, la verdad, es que no deberían serlo. Ya sea mudarte a un nuevo lugar o probar nuevos platillos, las nuevas experiencias pueden comenzar la aventura de tu vida. ¡Estas cosas pueden ser emocionantes!

Cuando estaba en tercer grado, apliqué a un programa de cuarto y quinto grados en una nueva escuela. Esto significaría cambiarme a un plantel donde no tendría muchos amigos y ya no estaría con los profesores que pensé hubiese tenido para mis últimos años de escuela primaria.

Estaba emocionada por las posibilidades, pero en el fondo, tenía miedo de hacer algo tan nuevo. Me aceptaron en el programa y comencé mi cuarto año en Briarwood Elementary. Al final de quinto grado, estaba segura que haber aplicado a este programa fue la mejor decisión que pude haber hecho para mí. Al probar algo nuevo, conocí a nuevos amigos, construí mejores relaciones con los pocos amigos que habían llegado al mismo lugar, y me preparé de una mejor manera para los años de la secundaria. Tan temible como estas nuevas experiencias puedan ser, también pueden convertirse lo mejor que has hecho. No tengas miedo de experimentar cosas nuevas, pueden resultar ser las mejores experiencias de tu vida.

Megan Khron es estudiante de 10º grado Gibson Ek High School y ha sido pasante para Cultural Bridges.

46

Programa Zona de Estudio Study Zone del Sistema de Bibliotecas del Condado King



Zona de Estudio es un lugar para que niños y jóvenes tengan un espacio para estudiar, hacer la tarea y obtener respuestas a sus preguntas por medio de tutores voluntarios, este programa es completamente GRATIS. Los tutores trabajan con 1-5 estudiantes en un grupo. No podemos garantizar una tutoría individualizada.

- Los estudiantes de los grados K-6 pueden obtener ayuda en todas las materias incluyendo la preparación para los exámenes MSP/HSPE y SAT.
- Los estudiantes en los grados 7-12 pueden encontrar un tutor que les ayude con diferentes materias o en la preparación para la universidad.

Contamos con tutores que ofrecen ayuda para estudiar un idiomas o hablar en tu idioma si lo necesitas.

Lleva todo el material de trabajo que tengas, como por ejemplo:

- Instrucciones, libros de texto o lecturas asignadas para completar tu tarea
- Hojas de trabajo u otras herramientas si sólo deseas practicar ciertas habilidades.
- Notas u otros materiales de práctica si estas estudiando para un examen
- Nuestros tutores son voluntarios de nuestra comunidad, que han pasado una revisión de antecedentes penales del Estado de Washington y completaron una orientación para este programa.

Los voluntarios varían en edad desde preparatoria hasta adultos jubilados.

Horarios y lugares:

Biblioteca de Issaquah: cada jueves 6-8 p.m.

Biblioteca de Sammamish: domingos de 3-5 p.m. y de lunes a miércoles 6-8 p.m.

Newport Way Library: miércoles y jueves 6:30-8 30 p.m.

Zona de Estudio comenzará el 11 de septiembre.

Para obtener más información sobre este programa, visite: <https://kcls.org/study-zone>

Trying Something New

By Megan Khron

Doing new things can be intimidating, especially when you are doing something you may not know about. But as scary as these things may be, that isn't all they need to be. From moving to a new place, to trying new foods, new experiences could begin the adventure of a lifetime. These things can be exciting! When I was in third grade, I applied to be in a fourth and fifth grade program at a new school. This would mean transferring schools to a school where I didn't have many, if any, friends and I wouldn't have the teachers I had spent the previous year preparing to have for my final elementary school years. I was excited for the possibilities, but deep down, I was scared of doing something so new. I got in to the program and started my fourth grade year at Briarwood Elementary. By the end of my fifth grade year, I had decided that applying to the program was the best decision I could have made for myself. By trying something new, I had met new friends, built better relationships with the few friends that had come to the same place, and I better prepared myself for the middle school years to come. As scary as these new experiences can be, they may turn out to be the best thing you could do. Don't be afraid to experience new things. They may turn out to be the greatest experiences of your life.

Megan Khron is a 10th grader at Gibson Ek High School and was an intern for Cultural Bridges.

King County Library System Study Zone Program



Study Zone is a place for students to study, do homework, and get help with their questions from volunteer tutors and it's completely FREE. Tutors work with 1-5 students in a group setting. We cannot guarantee intensive, private one-on-one tutoring cannot be guaranteed.

- Students in Grades K-6 can get help in all subjects including MSP/HSPE and SAT test preparation.
- Students in Grades 7-12 can find a tutor who can help with subjects up to the college-prep level.

Tutors are available to help you study a foreign language or speak your language if you are an English language learner.

Bring material to work from, such as:

- Instructions, textbooks, and assigned reading needed to complete your assignment
 - Worksheets or other tools if you just want to practice certain skills.
 - Notes or other practice materials if you are studying for a test
- Tutors are volunteers from our communities who have passed a Washington State patrol background check and completed a program orientation.

Volunteers range in age from high school juniors to retired adults.

Times and Places:

Issaquah Library: Thursdays 6-8 p.m.

Sammamish Library: Sundays 3-5 p.m. and Mondays through Wednesdays 6-8 p.m.

Newport Way Library: Wednesdays and Thursdays 6:30-8:30 p.m.

Study Zone will begin September 11.

To learn more about this program visit: <https://kcls.org/study-zone>

Are You IN?



Your partnership with the Issaquah Schools Foundation benefits every student at every school in the district. Your donations give students opportunities to explore and cultivate their interests, thrive academically, and graduate with the skills they need for rewarding and productive futures. Are you IN?



ISSAQUAH
SCHOOLS
FOUNDATION



All in
for kids
ANNUAL FUND CAMPAIGN

To learn more about the Foundation and to Donate online go to isfdn.org