



MEADOW HEIGHTS
ELEMENTARY SCHOOL
SAN MATEO - FOSTER CITY SCHOOL DISTRICT

THANK YOU

I'd like to express my gratitude to our Meadow Heights community for your continued support with distance learning. Thank you for monitoring and encouraging our students to show up to meets and complete assignments.

VIRTUAL COFFEE CHAT WITH SUPERINTENDENT

Join our Superintendent, Dr. Rosas for a virtual coffee chat from 7:00-8:00 PM on May 19, 27, and June 2. The [SMFCSD Coffee Chat web page](#) has links to join via zoom.

ART AND ACTION WITH MRS. DUNCAN

Mrs. Duncan has created a Google Classroom with wonderful art projects. All students have access to her art class. Remember to check out the Art Google Classroom.

[Mrs. Duncan's Google Classroom Art Link](#)

MYRIAD MUSIC

Ms. Mary has created new music videos for our students. Please check out our [Myriad Music Google Classroom](#) to keep singing and learning about music.

TALKING TO KIDS ABOUT CORONAVIRUS

Sesame Street has a great website for younger students around COVID-19 with videos and explanations. Check out the website at <https://www.sesamestreet.org/caring> and here is what they suggest on how to talk to kids about the coronavirus:

Facing a health emergency brings up feelings of stress, uncertainty, and confusion, especially for young children. While we don't want to overload them with information, we can try to answer children's questions honestly. And we can *always* offer comfort. There are simple ways to talk about COVID-19 with young children:

- Ask children what they've heard about COVID-19. This will help you share only the information that they need right now.
- Ask them how they feel about it. Assure them that all their feelings are okay.
- Explain that COVID-19 is a virus that can make some people very sick, but there are ways to protect ourselves and others.
- For example, we can...
 - wash our hands with soap and water for 20 seconds;
 - say hello in new ways, such as waving from afar, tapping toes, or wiggling;
 - help prevent the spread of germs by sneezing or coughing into the bend of our arm; and
 - stay indoors and keep a safe distance from others.



MEADOW HEIGHTS
ELEMENTARY SCHOOL
SAN MATEO - FOSTER CITY SCHOOL DISTRICT

Remember, your children look to you for guidance and comfort. You have a great opportunity to show them that even in times of unease, you can still find joy in the little moments you share.

Check out another article from NPR: [Sesame Street's Grover Helps Kids Adapt To Life During Pandemic](#)

LIFE SKILL FOR THE MONTH OF MAY: PERSEVERANCE

The Life Skill for the month of May is Perseverance. It's the ability to keep doing something in spite of obstacles. People who persevere show steadfastness in doing something despite how hard it is or how long it takes to reach the goal.

SOUL SHOPPE

Joseph from Soul Shoppe will be joining each classroom soon. He will be talking with students about what they can do when their "balloon" is full and how to empty their "balloon." This is language we use at school for when students have a lot of feelings and emotions and don't know how to express themselves and relieve themselves of these feelings.

COMMUNITY RESOURCES

Our district has created a [Family Resources Web Page during Distant Learning](#) with resources that can be helpful. The Second Harvest of Silicon Valley Food Bank has [Emergency Food on the San Mateo Web Page](#)



MEADOW HEIGHTS
ELEMENTARY SCHOOL
SAN MATEO - FOSTER CITY SCHOOL DISTRICT

GRACIAS

Me gustaría expresar mi gratitud a nuestra comunidad de Meadow Heights por su continuo apoyo con el aprendizaje a distancia. Gracias por apoyar a nuestros estudiantes a presentarse a las reuniones virtuales y completar las tareas.

CHARLA VIRTUAL CON LA SUPERINTENDENTE

Únase a nuestra Superintendente, Dr. Rosas, para una charla de las 7: 00-8: 00 PM el 19, 27 de mayo y 2 de junio . La [página web del distrito](#) le puede tener instrucciones de como asistir a las charlas virtuales.

ARTE Y ACCIÓN CON LA SRA. DUNCAN

La Sra. Duncan ha creado un Google Classroom con maravillosos proyectos de arte. Todos los estudiantes tienen acceso a su clase de arte. Recuerde visitar en Google el Salón de Arte.

[Enlace para el salón de arte en Goolge de la Sra. Duncan](#)

MUSICA MYRIAD

La Señorita Mary ha creado nuevos videos musicales para nuestros estudiantes. Visite el [salon en Google de Myriad Music](#) para seguir cantando y aprendiendo sobre música.

HABLANDO CON LOS NIÑOS SOBRE CORONAVIRUS

Sesame Street tiene un excelente sitio web para estudiantes más jóvenes alrededor de COVID-19 con videos y explicaciones. Visite el [sitio de web de Plaza Sésamo](#) y esto es lo que sugieren sobre cómo hablar con los niños sobre el coronavirus:

Enfrentarse a una emergencia de salud genera sentimientos de estrés, incertidumbre y confusión, especialmente para los niños pequeños. Si bien no queremos sobrecargar los con información, podemos intentar responder honestamente a las preguntas de los niños. Siempre podemos darles consuelo. Hay formas simples de hablar sobre COVID-19 con niños pequeños:

- Pregúnteles a los niños que han escuchado sobre COVID-19. Esto lo ayudará a compartir solo la información que necesitan en este momento.
- Pregúnteles cómo se sienten al respecto. Asegure les que todos sus sentimientos están bien.
- Explique que COVID-19 es un virus que puede enfermar gravemente a algunas personas, pero hay formas de protegernos a nosotros mismos y a los demás.
- Por ejemplo, podemos ...
 - lavarnos las manos con agua y jabón durante 20 segundos
 - saludar de nuevas maneras, cómo saludar desde lejos, golpear los dedos de los pies o menearse



MEADOW HEIGHTS
ELEMENTARY SCHOOL
SAN MATEO - FOSTER CITY SCHOOL DISTRICT

- ayudar a prevenir la propagación de gérmenes al estornudar o toser en la curva de nuestro brazo
- quédese adentro y mantenga una distancia segura de los demás

Recuerde, sus hijos buscan su orientación y consuelo. Tienen una gran oportunidad para mostrarles que incluso en momentos de inquietud, aún puedes encontrar alegría en los pequeños momentos que compartes.

Vea otro artículo de NPR: [Grover de Plaza Sésamo Ayuda a Los Niños Adaptarse a La Vida Durante la Pandemia](#)

HABILIDAD DE VIDA PARA EL MES DE MAYO: PERSEVERANCIA

La habilidad de vida para el mes de mayo es la perseverancia. Es la capacidad de seguir haciendo algo a pesar de los obstáculos. Las personas que perseveran muestran firmeza al hacer algo a pesar de lo difícil que es o cuánto tiempo lleva alcanzar la meta.

SOUL SHOPPE

Joseph de Soul Shoppe se unirá a cada salón de clases pronto. Él estará hablando con los estudiantes sobre lo que pueden hacer cuando su "globo" está lleno y cómo vaciar su "globo". Este es el lenguaje que usamos en la escuela para cuando los estudiantes tienen muchos sentimientos y emociones y no saben cómo expresarse y liberarse de estos sentimientos.

RECURSOS DE LA COMUNIDAD

Nuestro distrito ha creado una página web con [Recursos Familiares Pagina en la red](#). El Second Harvest of Silicon Valley banco de alimentos tiene alimentos de emergencia en la [Página web para ayuda con comida en San Mateo](#)

MERIENDA Y ALMUERZO GRATIS

Los estudiantes pueden recibir almuerzo y almuerzo gratis de lunes a viernes de 11:30-12:30 en 5 escuelas. Solo necesitas presentarte. No necesita una tarjeta de almuerzo, identificación de estudiante u orden por adelantado. Escuelas con merienda y almuerzo: College Park, Laurel, Lead, Foster City, Sunnybrea