

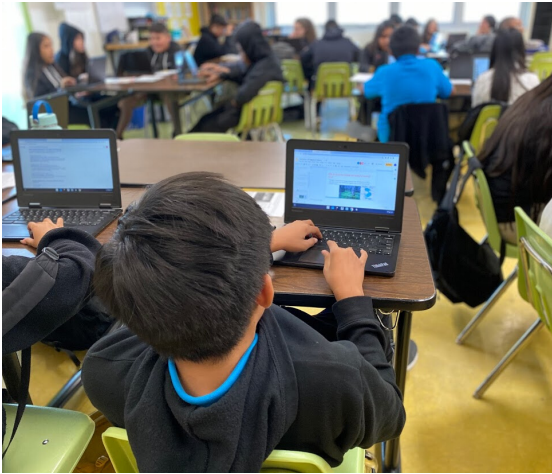


APRIL 6TH 2020 | ENVIRONMENTAL CHARTER MIDDLE SCHOOL-GARDENA

THE EAGLE BULLETIN



WEEKLY SCHOOL NEWSLETTER



PRINCIPAL'S MESSAGE

Hearing the news that we will not be able to open our school to students for the remainder of the school year right before Spring Break seemed like a cruel joke. In fact hearing the news on April 1st I hoped it was an awful April Fool's joke. Now that we are 3 days into the break though, I am glad we had one day to process together and now this week to reflect on what really matters the rest of the year.

When I think about everything our students and staff need at this point in time, I am sure that a break and time to breathe is at the top of that list. Taking this week to think about what matters and about the type of learning experiences we will provide for the rest of the year is exactly what I think my staff and I needed at this time. We hope that you and your family take this week to breathe and talk through what the next nine weeks of school will look like.

We started our distance learning journey together so quickly that we barely had any time to establish routines, much less adjust to a new normal we didn't sign up for. We all hoped it would be a temporary inconvenience but it is now clear that in the interest of keeping our community healthy and alive, this is a necessity for the rest of the year. I encourage you to take this week to put a plan together to ensure your family is a team during the quarantine. This time in our lives is hard enough without needing to add avoidable family conflict to the mix. No one knows your family better than you, what do they need in order to not just survive this quarantine but in order to thrive during it? Please reach out if you need support.

~Mr. Trejo

MENTAL HEALTH TIPS

The outbreak of COVID-19, may be stressful for many students and families. Some things that you can do to support yourself during this time are:

- Take care of your body. Take deep breaths, stretch or meditate
- Try to eat healthy, well-balanced meals, exercise regularly, and get plenty of sleep
- Make time to unwind. Try to do some activities that you used to do
- Talk to people you trust about your concerns and share what you are feeling.
- Read news ONLY from trusted and reliable news sources.

STUDENT SOCIAL GROUPS

This week we will have support staff providing social group time for students to interact with each other with supervision. Our only goal is to provide opportunities for students to laugh, have fun and stay in touch with each other. These options may include shared movie time, virtual recess and kahoot games just to name a few. Students will be emailed every morning with the days scheduled opportunities. These are all optional.

The ECMS-Gardena Main Office will be closed

For all inquiries, please email Mr. Trejo or reply to a text message he has sent.



ECS Covid-19 Updates



For the latest updates regarding Covid-19 and its impact on ECS and your child's schooling please [click here](#) or scan the code above

Spring Break

ECMS Gardena will be on Spring Break April 6th-April 10th

- Your child may have assignments but no live instruction
- Teachers will **NOT** be available during this time..

Boys and Girls Club-Harbor Gateway

During this health pandemic, the Boys and Girls Club of Harbor Gateway will be serving meals to families in Gardena,

802 W Gardena Blvd
(corner of Menlo)
Gardena CA 90247
Monday through Friday
12pm - 2pm

ECMS-Gardena Food Service

During Spring Break, ECMS-G will continue serving Breakfast and Lunch on Monday's and Thursday's

Breakfast: 7:45am-9:00am

Lunch: 11:30am-1:00pm

The main office will be CLOSED for all other matters

Tips on How To Support Your Student from Home During Spring Break

- Let them sleep but don't let them stay up late.
- Keep healthy eating habits and make them partners in food prep
- Encourage them to work out or workout with them. Youtube is your friend here.
- Establish tech free time where everyone, including the adults is off of their devices. You can all read at the same time, exercise, play board games or just talk.



MENSAJE DEL DIRECTOR

Escuchar la noticia de que no podremos abrir nuestra escuela a los estudiantes por el resto del año escolar justo antes de las vacaciones de primavera parecía una broma cruel. De hecho, al escuchar la noticia el 1 de abril, esperaba que fuera una horrible broma del día de los inocentes. Sin embargo, ahora que estamos a 3 días del descanso, me alegra que hayamos tenido un día para procesar juntos y ahora esta semana para pensar profundamente sobre lo que realmente importa el resto del año. Cuando pienso en todo lo que nuestros estudiantes y nuestro personal necesitan en este momento, estoy seguro de que un descanso y tiempo para respirar están en la parte superior de esa lista. Tomando esta semana para pensar en lo que importa verdaderamente y sobre el tipo de experiencias de aprendizaje que proveeremos para el resto del año es exactamente lo que creo que mi personal y yo necesitábamos en este momento. Esperamos que usted y su familia aprovechen esta semana para respirar y discutir sobre cómo serán las próximas nueve semanas de clases. Comenzamos nuestro viaje de aprendizaje a distancia juntos tan rápido que apenas tuvimos tiempo para establecer rutinas, mucho menos para adaptarnos a una nueva normalidad en la que no nos inscribimos. Todos esperábamos que fuera un inconveniente temporal, pero ahora está claro que para mantener a nuestra comunidad sana y viva, esto es una necesidad para el resto del año. Le animo a que tome esta semana para elaborar un plan para asegurarse de que su familia sea un equipo durante la cuarentena. Esta vez en nuestras vidas es lo suficientemente difícil sin necesidad de agregar conflictos familiares evitables a la mezcla. Nadie conoce a su familia mejor que usted, ¿qué necesitan para no solo sobrevivir a esta cuarentena sino para prosperar durante ella? Por favor comuníquese si necesita ayuda

~ Sr. Trejo

ACTUALIZACIÓN DE SALUD MENTAL

El brote de COVID-19 puede ser estresante para muchos estudiantes y familias. Algunas cosas que puede hacer para mantenerse durante este tiempo son:

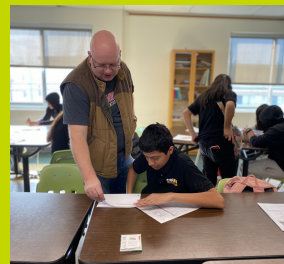
- Cuida tu cuerpo. Respira hondo, estira o medita.
- Trate de comer comidas saludables y bien balanceadas, haga ejercicio regularmente y duerma lo suficiente.
- Tómese el tiempo para relajarse. Intenta hacer algunas actividades que solías hacer en el pasado.
- Hable con personas de su confianza acerca de sus preocupaciones y comparta lo que siente.
- Lea noticias SOLAMENTE de fuentes de noticias confiables.

GRUPOS ESTUDIANTILES DE APOYO

Esta semana tendremos personal de apoyo que proporcionará tiempo de grupo social para que los estudiantes interactúen entre sí con supervisión. Nuestro único objetivo es proporcionar oportunidades para que los estudiantes se rían, se diviertan y se mantengan en contacto unos con otros. Estas opciones pueden incluir tiempo compartido de películas, recreo virtual y juegos de kahoot solo por nombrar algunos. Los estudiantes recibirán un correo electrónico todas las mañanas con los días de oportunidades programadas. Todos estos son opcionales.

La oficina principal de ECMS-Gardena estará cerrada

Para todas las consultas, envíe un correo electrónico al Sr. Trejo o responda a un mensaje de texto que ha enviado.



ECS Covid-19 Actualizaciones



Para obtener las últimas actualizaciones sobre Covid-19 y su impacto en ECS y la escolarización de su hijo, haga [clic aquí](#) o escanee el código a continuación

Vacaciones de primavera

ECMS Gardena estará en las vacaciones de primavera del 6 de abril al 10 de abril.

- Su hijo puede tener tareas pero no instrucción en vivo.
- Los maestros no estarán disponibles durante este tiempo.

Club de Boys and Girls de Harbor Gateway

Durante esta pandemia de salud, el Boys and Girls Club de Harbor Gateway servirá comidas a familias en Gardena

802 W Gardena Blvd
(esquina de Menlo)
Gardena CA 90247
de lunes a viernes
12 p.m. a 2 p.m.

ECMS Gardena Servicio de comida

Durante las vacaciones de primavera, ECMS-G continuará sirviendo desayuno y almuerzo los lunes y jueves

Desayuno: 7:45 a.m. a 9:00 a.m.

Almuerzo: 11:30 a.m. a 1:00 p.m.

La oficina principal será

CERRADO para todos los demás asuntos

Consejos sobre cómo apoyar a su estudiante desde casa durante las vacaciones de primavera

- Déjalos dormir pero no dejes que se queden despiertos hasta tarde.
- Mantenga hábitos alimenticios saludables y conviértalos en socios en la preparación de alimentos.
- Anímelos a hacer ejercicio o entrenar con ellos. Youtube es su amigo aquí.
- Establezca tiempo libre tecnológico donde todos, incluidos los adultos, estén fuera de sus dispositivos. Todos pueden leer al mismo tiempo, hacer ejercicio, jugar juegos de mesa o simplemente hablar.