

Boletín informativo semanal



Dentro del boletín

DISTANCIAMIENTO SOCIAL

¿Qué significa esto? ¿Qué puedo hacer?

RECURSOS

Recursos para padres, estudiantes y familias.

HORARIOS DEL PROGRAMA

Debido al cierre de la escuela, todas las actividades extracurriculares han sido canceladas.

"Estoy anunciando ahora que las Escuelas Públicas de Chicago permanecerán cerradas hasta el 20 de abril y los estudiantes regresarán el martes 21 de abril de 2020".

Alcaldesa de Chicago Lori Lightfoot

DISTANCIAMIENTO SOCIAL

¿Qué significa esto?

Para ustedes, los estudiantes y algunos padres, las escuelas y los lugares de trabajo han decidido dejarnos trabajar desde casa. Esto se ha hecho con la esperanza de que ayudará a detener nuestra exposición al COVID-19. Esto significa que todos debemos evitar lugares llenos de gente e incluso reunir a 10 personas o más. Necesitamos continuar practicando una buena higiene y desinfectar áreas de alto tráfico alrededor de la casa (ej. Controles remotos, perillas de puertas, interruptores de luz, etc.)

¿Qué puedo hacer?

- Continúa practicando buena higiene
- Quédate en casa si se siente enfermo
- Manténgase a 6-8 pies de distancia de otras personas
- Tos en la manga, no en las manos
- Evita tocarte la cara
- Evite los apretones de manos, abrazos y cualquier otro contacto personal.
- Consulta a los que viven solos y a los ancianos
- No salgas a menos que sea absolutamente necesario

Si necesita más información o consejos, contáctenos (información a continuación)

CONTINUA A P. 02

COVID-19 (Coronavirus)

Guía Para Mantener Distancia en Público

Estos son algunos pasos que usted puede seguir para protegerse cuando esté en lugares públicos.

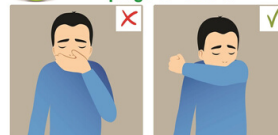


2 Evite darse la mano con otras personas



Use el choque de codos o haga señas de lejos con las manos como alternativa.

3 Si tiene que estornudar, ¡haga el "Dab"!



Si estornuda o tose, cúbrase con su brazo y no con su mano para así reducir la propagación de gérmenes.





CPS distribuirá almuerzos fuera de la escuela de martes a jueves de 9 am a 1 pm

HORARIOS DE PROGRAMAS

Todos los programas en curso en Whittier antes y después de la escuela han sido pospuestos hasta que regresemos a la escuela.

America SCORES

El programa de America SCORES ha pospuesto su fecha de inicio hasta que regresemos.

A medida que haya más información disponible, se compartirá.

Talleres y eventos

Todos los talleres y eventos que normalmente se realizan durante el día escolar serán pospuestos y posiblemente reprogramados. Asegúrese de consultar el sitio web de la escuela (<http://whittierschool.me>) y también a través de la aplicación Remind disponible en dispositivos móviles (@csi_whit and @whittlem).



RECURSOS

Pilsen Wellness Center

Despensa: proporciona a las familias frutas frescas, verduras y alimentos nutritivos.

Viernes a las 10 am-12pm

Internet

Si no tiene acceso a Internet en su hogar en este momento, XFINITY / Comcast ofrece XFINITY Essentials GRATIS durante los próximos 2 meses (regularmente \$ 9.95 / mes + impuestos) para familias de bajos ingresos. *La fecha límite para aplicar es el 30 de abril.*

Recursos estudiantiles

- ABC Mouse ofrece suscripción gratuita con código [SCHOOL7771](#)
- Burger King está regalando 2 comidas gratis para niños, pero debe pedirse a través de la aplicación Burger King o en línea y se requiere otra compra. **A partir del 20 de marzo al 6 de abril**
- Scholastic está ofreciendo lecciones GRATIS <https://classroommagazines.scholastic.com/support/learnathome.html>
- Google ofrece visitas virtuales GRATUITAS a más de 1,200 museos de todo el mundo <https://artsandculture.google.com/partner?hl=en>

Recursos para padres

- Envía un mensaje de texto a HOME al 741741 para recibir un mensaje de texto de un consejero de crisis en vivo. Experimentar cualquier emoción dolorosa para la que necesita apoyo. [Crisistextline.org](#)
- Para obtener información y actualizaciones de COVID-19, visite el sitio web de los CDC www.cdc.gov/coronavirus/2019-nCoV y/o el sitio web del Departamento de Salud Pública de Illinois www.dph.illinois.gov/topics-services/diseases-and-conditions/diseases-a-z-list/coronavirus

¿Aún tienes preguntas?
¡Contáctenos!

Sra Alvarez
Consejero de la escuela
malvarez115 @ cps.edu

Srta. Daisy
Coordinador de recursos de CSI
dnavarrete17@cps.edu



Hola monarcas de Whittier! Este es un mensaje de su consejera escolar, la Sra. Alvarez. Quiero que todos sepan que durante este tiempo de distanciamiento social nuestras familias y estudiantes están en nuestras mentes. Queremos asegurarnos de que usted lo sepa y trataremos de proporcionarle tantos recursos como podamos.

Durante las próximas semanas, uno de nuestros trabajos más importantes es cuidarnos a nosotros mismos y a quienes nos rodean. Quiero que todos sepan que estoy disponible por correo electrónico, y también sigo teniendo acceso al correo de voz de mi oficina.

Durante las próximas semanas recibirá correos electrónicos de la Srta. Navarrete (Coordinadora de CSI) o de mí mismo. Por favor recuerde que estamos aquí para usted y nuestros estudiantes. ¡Estamos en esto juntos!

Señora Alvarez
malvarez115@cps.edu
(773)535-4590



Si desarrolla señales de advertencia de emergencia para COVID-19, obtenga atención médica de inmediato. Las señales de advertencia de emergencia incluyen:

- Dificultad para respirar o falta de aliento
- Dolor o presión persistentes en el pecho.
- Nueva confusión o incapacidad para despertar
- Labios o cara azulados

¿Qué hacer si estás enfermo/a?



Si se siente enfermo o ha entrado en contacto con alguien con resultado positivo para COVID-19, asegúrese de hacer lo siguiente:

1. Monitorear tus síntomas
2. Llame a su médico de familia
 - a. Él / ella podrá dar instrucciones sobre las siguientes medidas a tomar
3. Aislarse para evitar la propagación del virus.

A menos que sea una emergencia médica, evite llamar al 9-1-1. Si cree que tiene COVID-19, asegúrese de indicar al operador del 9-1-1.

¿A quién debo contactar sobre COVID-19?

- ILLINOIS. Departamento de Salud Pública Línea Directa COVID-19 1-800-889-3931 o correo electrónico DPH.SICK@illinois.gov
- El Departamento de Salud Pública de Chicago 312- 746-4835 o correo electrónico coronavirus@chicago.gov
- Centro de comando de CPS 773-553-KIDS (5437) puede ayudarlo a localizar atención médica.

Para obtener más información sobre recursos alimenticios, servicios públicos, desempleo y más, visite <https://www.chicago.gov/city/en/sites/covid-19/home.html>