



Sitios de internet para ayudar a que su estudiante sea exitoso en la escuela:

Salud para Niños:

[http://kidshealth.org/parent/centers/spanish\\_center\\_esp.html](http://kidshealth.org/parent/centers/spanish_center_esp.html)

Comité Asesor de Padres (ELAC):

<http://www.cde.ca.gov/ta/cr/elacsp.asp>

Ansiedad de Separación:

[http://kidshealth.org/parent/en\\_espanol/emociones/separation\\_anxiety\\_esp.html](http://kidshealth.org/parent/en_espanol/emociones/separation_anxiety_esp.html)

Colorín Colorado:

<http://www.colorincolorado.org/familias/>

Seguridad en el internet:

[http://kidshealth.org/parent/en\\_espanol/padres/net\\_safety\\_esp.html](http://kidshealth.org/parent/en_espanol/padres/net_safety_esp.html)

Prevención a la violencia:

<http://www.ncpc.org/topics/by-audience/en-espanol/en-espanol/?searchterm=espanol>

*Conozca a la consejera*

*Paola Reyes*

*Este es mi primer año en la escuela Primaria de Elmhurst. Estoy entusiasmada por conocerlos a todos.*

*Yo nací en Irapuato, Guanajuato y llegué a E.U. a la edad de 9 años. Asistí a las escuelas del Valle de Conejo del grado 6-12vo. Soy bilingüe, tengo una Maestría en Consejería con especialidad en servicios para estudiantes colegiales de la Universidad de San Diego y una credencial PPS de la California Lutheran University. He trabajado anteriormente en escuelas primaria como: maestra de baile, Asistente de Instructora Bilingüe y como Asistente para la comunidad.*

*Estaré visitando salones, facilitando pequeños grupos durante el año escolar para ayudar a los estudiantes recomendados por padres y maestros.*

*\*Se requiere permiso de padres para que puedan participar en los grupos.*

**Paola Reyes**

Bilingual School Counselor

**Contact Information**

**Phone:** 805-641-5496 ext. 1026

**Email:**

Paola.Reyes@venturausd.org

**Hours:**

Mondays/Wednesdays 8am-3pm and Fridays: 8:00-11:00am



**CONSEJERIA DE  
PRIMARIA  
ELMHURST**



### **Haciendo más fácil las despedidas**

#### **Calcule bien el tiempo**

Asegúrese de que su hijo(a) este bien descansado y alimentado. Tratar de prevenir salir a la Carrera de la casa para reducir el estrés o ansiedad.

#### **Practique**

Practiquen estando aparte de cada uno cada vez que su hijo(a) vaya a conocer a alguien nuevo, luego presentar a las personas o nuevos lugares gradualmente..

Hablen acerca de las experiencias positivas que obtendrán y háganles saber que regresaran y volverán a verse

#### **Mantenga la calma y sea constante**

Establezcan una manera de despedirse divertida y amorosa como una despedida firme. Su hijo(a) quizás llorará pero si se mantiene constante su hijo(a) sabrá que tendrá que quedarse en la escuela. Este paso aveces es el más difícil, solo ¡hay que mantener el plan!

#### **Cumpla lo que Promete**

Es importante que pueda cumplir lo que promete, de esa manera su hijo(a) tendrá mas confianza y menos ansiedad.



## Tipos de servicios

### **Para Estudiantes:**

Presentaciones en sus salones  
pequeños grupos de consejería  
Consejería individual (como manejar el estrés, preocupaciones, enojos, ajustándose con la escuela, habilidades de estudio)  
Fijando metas  
Influencias de amigos/intimidación o bullying

### **Para padres/guardianes:**

Referencias hacia agencias de la comunidad  
Mejorar la comunicación entre padre-hijo  
Consultas  
Para comprender los cambios del desarrollo infantil.

## AYUDANDO A LOS ESTUDIANTES SOBRESALIR



**Involúcrese** en la educación de su hijo(a). Participe en los eventos de la escuela como voluntario en el salón o en alguno de los eventos escolares.

### **Trate de balancear el horario de su hijo(a).**

Teniendo un día dieta balanceada, actividad física y tiempo estructurado para hacer tareas, jugar, y tener una rutina constante, ayudara a su hijo(a) a enfocarse y sobresalir en la escuela.

### **Mantengan Buena comunicación** con sus maestros y su consejera escolar. Comparta algún tipo de cambios en su vida o alguna preocupación que pueda interferir en el aprendizaje de su hijo(a). Colaborando y trabajando como equipo ayudara a que la experiencia de su hijo(a) en la escuela sea exitosa y positiva.

### **Mantengan Buena relación/comunicación con su hijo(a).**

Pregúntenle como le fue en su día y enfóquese en reconocer alguna preocupación que tengan su hijo(a) para que juntos puedan tratar de resolver la situación. Por igual, enfóquese en los aspectos positivos de la escuela para que su hijo(a) pueda mantenerse motivado(a) para continuar la escuela.

