



*Queridas familias de GPMS:*

*Esperamos que todos ustedes estén bien. Tenga en cuenta que estamos pensando en ustedes, y realmente extrañamos sus rostros. Este distanciamiento social es un desafío para todos nosotros. Esto también puede ser un momento estresante. Trabajar desde casa es algo nuevo para todos., ya que estoy segura que es igualmente para ustedes. Voy a compartir algunos enlaces que espero que les ayuden académica, física y emocionalmente.*

*Además, recuerden que estamos a un correo electrónico de distancia.*

[dgalvan@galenaparkisd.com](mailto:dgalvan@galenaparkisd.com) o opriman el siguiente enlace:

<https://forms.gle/9zDC1ak632X6JVZq7>

*¡Esperamos verlos a todos muy pronto!*

*Sinceramente,*

*Ms. Galvan y Mrs. Davis*

#### Lista de recursos importantes para los padres:

**Actividades de SEL: Estos enlaces ofrecen apoyo social y emocional al proporcionar actividades para que las familias realicen.**

- <https://www.centervention.com/social-emotional-learning-activities/>
- <https://positivepsychology.com/mindfulness-for-children-kids-activities/>
- <https://www.mindfulschools.org/video/arrive-2/>

**Apoyo educativo: Estos enlaces ofrecen apoyo en las clases académicas de su hijos.**

- <https://classroommagazines.scholastic.com/support/learnathome.html>
- <https://www.khanacademy.org/>
- <https://www.ixl.com/>

**Actividades físicas: Manténgase activo, incluso si es una caminata corta con la familia, tome tiempo al aire libre. Este enlace sugiere actividades para la familia.**

- <https://www.hhs.gov/fitness/resource-center/physical-activity-resources/index.html>

**Actividades mentales: Mantenga su cerebros activos y involucrados en juegos mentales.**

- <https://www.hhs.gov/fitness/resource-center/physical-activity-resources/index.html>

**\*Otros recursos importantes:**

Galena Park ISD está ofreciendo desayuno y almuerzo gratis para niños de 1 a 18 años a partir del martes 17 de marzo. El siguiente enlace tiene localidades:

- [https://www.galenaparkisd.com/cms/lib/TX02217083/Centricity/ModuleInstance/950/curbsideMeals\\_group.pdf](https://www.galenaparkisd.com/cms/lib/TX02217083/Centricity/ModuleInstance/950/curbsideMeals_group.pdf)

Spectrum ofrece internet gratis para que los estudiantes puedan hacer el trabajo de clase en casa. Espectro: 1-844-488-8398, llame al departamento de ventas y solicite la oferta de Educación remota para estudiantes

- <https://www.engadget.com/2020/03/16/spectrum-free-internet-students-coronavirus/>