

22 de diciembre, 2018

### **Estimadas familias de Escuelas Bend-La Pine:**

Mientras comenzamos nuestro primer día de vacaciones de invierno, quisiera agradecer a todos ustedes por un comienzo increíble del año escolar 2018-2019. ¡Hemos tenido muchas cosas para celebrar!

Todos deberíamos estar orgullosos de nuestros logros, desde un campeonato nacional de carrera a campo traviesa en la rama femenil hasta alcanzar un porcentaje de graduación históricamente alto, reduciendo así la brecha de desempeño en matemáticas y artes del idioma inglés, además de mejorar los puntajes de preparación en matemáticas de las escuelas primarias por casi un 6% en tan solo un año. También he estado deleitado de ver muchísimos actos de caridad en nuestras escuelas: jóvenes cantantes visitando centros de cuidado para ancianos con pérdida de la memoria, estudiantes sirviendo comidas para personas necesitadas, y estudiantes y miembros del personal recolectando fondos y bienes para las víctimas de desastres.

*Juntos estamos enseñando a nuestros estudiantes a ser bondadosos y compasivos, mientras les proveemos con oportunidades académicas rigurosas.*

Aunque hay mucho para celebrar, reconozco que la temporada navideña puede ser un periodo estresante para algunos niños y familias. Las vacaciones escolares significan cambios de rutina y exigencias adicionales sobre el tiempo disponible. Creo que deberíamos asegurar que nuestros estudiantes conozcan los varios recursos disponibles las 24 horas del día para que puedan compartir algo que les preocupa.

Desde hace exactamente un año, nosotros lanzamos [First Step](#), un conjunto de recursos disponibles con sugerencias y contactos para hablar con alguien en cada iPad de los estudiantes en los grados 6-12. Nuestra esperanza era motivar a los estudiantes para que pidieran ayuda cuando la necesitaran o cuando desearan conectarse con el personal, agencias policiales o recursos.

En el transcurso de este año, puedo decirles que esta herramienta ha tenido un éxito rotundo. FirstStep ha sido ampliamente aceptado por nuestros estudiantes. FirstStep ha recibido más de 14,000 visitas y ha resultado en DOCENAS de sugerencias, y hemos respondido a todas y cada una de éstas.

Dentro de FirstStep, los estudiantes pueden encontrar recursos como “3 maneras de ayudar a un amigo”, “Cómo sobrellevar el día”, contactos para consejería gratuita y dos recursos importantes: SafeOregon y YouthLine.

**SafeOregon** permite que los estudiantes y las familias reporten información las 24 horas del día sobre los estudiantes, la seguridad de sus compañeros estudiantes o de su escuela. Con SafeOregon, los estudiantes pueden reportar cualquier situación desde vandalismo, robo hasta un acoso cibernético [por medio de texto, teléfono, correo electrónico o internet](#).

**YouthLine** es una línea de ayuda confidencial para adolescentes atendida por adolescentes. Los estudiantes se alientan para contactar a YouthLine [por medio de texto, teléfono, chateo y correo electrónico](#) para hablar con alguien sobre cualquier cosa que les moleste. Los adolescentes están disponibles para ayudar todos los días de 4-10 p.m., hora del Pacífico (hay adultos disponibles por teléfono a todas las horas del día).

**FirstStep** es posible gracias al Departamento de Policía de Bend, Lines for Life, SafeOregon y muchos otros increíbles colaboradores de la comunidad. Estoy muy agradecido por su apoyo constante a nuestro compromiso compartido de velar por el bienestar de todos nuestros estudiantes y miembros del personal.

Si usted no lo he hecho todavía, le invito a sentarse y tomarse unos cuantos minutos para familiarizarse con las herramientas de FirstStep y hablar con sus hijos sobre éstas.

También me gustaría pedirle que usted y sus hijos revisen los muchos otros recursos comunitarios disponibles visitando [el sitio web de Salud Mental de los Estudiantes](#). Aquí, usted también puede encontrar las horas en que nuestras clínicas de salud en las escuelas de Bend y La Pine están abiertas durante las vacaciones, entre muchos otros recursos.

Mirando hacia adelante, espero que nuestras familias participen con nosotros en dos eventos próximos que tienen el objetivo de fortalecer nuestras comunidades locales y desarrollar una resiliencia en nuestra juventud.

**Hope, Help & Heal (esperanza, ayuda & sanación):** Escuelas Bend-La Pine está colaborando con Safe Schools Alliance, agencias policiales locales y agencias de servicios de salud para organizar una serie de eventos que tienen el objetivo de ayudar a los padres, miembros comunitarios y estudiantes para que aprendan más sobre la prevención, intervención e intervención posterior del suicidio en los jóvenes durante dos eventos de **Hope, Help & Heal en el 2019**. Los padres y estudiantes saldrán de estos eventos de **Hope, Help & Heal** sintiéndose empoderados para hablar sobre el suicidio y la depresión de una manera productiva y significativa, además de contar con los recursos para encontrar ayuda cuando la necesiten.

### **12 de marzo**

Escuela Preparatoria La Pine  
5 p.m. – Cena gratuita  
6 p.m. – Inicio del programa  
Cuidado de niños gratuito disponible

### **23 de abril**

Escuela Preparatoria Mountain View  
5 p.m. – Cena gratuita  
6 p.m. – Inicio del programa  
Cuidado de niños gratuito disponible

Creemos que estos esfuerzos se agregarán a nuestros sistemas de apoyo, proveerán a los padres con educación y recursos, e inculcarán en nuestros estudiantes una alta valoración de los demás, respetar las diferencias y la capacidad de traer un cambio positivo a nuestro mundo.

Invitamos a nuestras familias y miembros de la comunidad a colaborar con nosotros usando las herramientas anteriores, escuchando a sus hijos y estando presentes para ellos cuando se encuentren en situaciones desafiantes. Tenemos el compromiso de seguir mejorando nuestros sistemas de apoyo, los cuales incluyen una prevención del acoso, entrenamiento para nuestro personal y trabajar con nuestros estudiantes para crear una cultura de inclusividad en la que todos los estudiantes se sientan bienvenidos y puedan prosperar.

Les deseo a todos unas vacaciones de invierno felices y saludables y un maravilloso comienzo del 2019. Los veo a todos ustedes en la escuela el 7 de enero del 2019.

Sinceramente,

***Shay Mikalson, Superintendente***

***Escuelas Bend-La Pine***