

¡Recibimos bien el descanso en el clima esta semana! ¡*Phew!* Nuestro día de la Foto Escolar es el PRÓXIMO lunes 14 de octubre. Se tomará la foto a todos los estudiantes en la mañana, así como la foto de las clases y de toda la escuela. No hay día para retomar las fotos, así que les agradecemos asegurarse que sus estudiantes lleguen a la escuela a tiempo y listos con sus sonrisas.



¿Sabía que nuestra extraordinaria Shannon Kozubik, mamá de Ben (4), es nuestra líder de la clase de yoga y conciencia para nuestros estudiantes dos días al mes? Ella estará con nosotros el próximo martes. ¡Asegúrese de preguntarle a su niño cuál es su posición favorita! Sharon es solo un ejemplo de los *muchos* maravillosos padres (y abuelos) en Nicasio quienes donan su tiempo y talentos en beneficio de todos los estudiantes. ¡Gracias Shannon!

Por favor, acompañenme en mi siguiente Plática con la Directora el miércoles (octubre 16) a las 8:30am en la Sala de Usos Múltiples (MPR). Esta reunión mensual es una oportunidad informal para conectar con otras personas y escuchar sobre eventos y actividades que se llevarán a cabo. Traducción, café y bocadillos disponibles. ¡No deje de pasar!



El próximo jueves por la mañana (octubre 17) nuestra escuela participará en el simulacro Gran Sacudida de California. Éste es un simulacro de terremoto que es sincronizado con todas las escuelas en el estado. Practicaremos nuestros procedimientos en caso de terremoto (para, agáchate y cúbrete). Este es un buen momento para recordar a las familias que en el evento de una emergencia, nosotros usaremos nuestro sistema de comunicación. Es muy importante que nosotros tengamos la información de contacto al día en la oficina. Si tiene cualquier cambio en esta información durante el año escolar, favor de visitar a Beth lo antes posible para mantener todos los sistemas actualizados.

El próximo jueves al mediodía tendremos nuestra caminata/excursión anual al Plantío de Calabazas Nicasio. Dejaremos el campus a las 12:30pm. **Todos los estudiantes en JN y JNT deben ser recogidos en el plantío a la 1:30 pm.** Favor de contactar a la profesora de su niño(a) si usted desea acompañarnos. Todos los acompañantes adultos y estudiantes deben tener las formas apropiadas firmadas y entregadas en la Oficina Escolar.

La Noche de Película en la Plaza Nicasio ya viene, será el sábado 19 de octubre. Este es un evento muy especial bajo las estrellas. Vea el boletín en las Huellas del Puma para mayor información. ¿Desea ayudar? Favor de contactar al Presidente de la Fundación Teale Thompson.

Nuevo este año, la Fundación es el anfitrión de la venta de pastelillos en el Plantío de Calabazas Nicasio el domingo 20 de octubre. Favor de considerar contribuir en esta venta horneando galletas o pastelillos y entregarlos en la escuela el viernes o llevarlos directamente al lugar de la venta el domingo. Mas información se incluye en las Huellas del Puma y en la Oficina Escolar. ¡Gracias por su apoyo a nuestra escuela!



Por último, debido a conflictos con el horario, el *Walk A Thon* ha sido postpuesto y se llevará a cabo en la Primavera 2025.

Tengan un fin de semana grandioso,

Barbara

***DUO DAY Spirit Day!***  
***October 11, 2024***





## **Reminders**

- **Oct 14: Picture Day, 9:00 am**
  - **Oct 16: Principal's Chat, 8:30 am MPR**
  - **Oct 17: Field Trip – Pumpkin Patch**
  - **Oct 19: Movie Night on the Square**
  - **Oct 25: Walk-a-Thon**
  - **Oct 31: Halloween (all-school parade 8:45 am)**
  - **Nov 1: Staff Development – NO SCHOOL**
  - **Nov 11: Veterans' Day Holiday – NO SCHOOL**
- 
- **Oct 14: Día de Foto Escolar 9:00 am**
  - **Oct 16: Platica con la Directora, 8:30 am MPR**
  - **Oct 17: Excursión Plantío de Calabazas, 8:30 am MPR**
  - **Oct 19: Noche de Película en la Plaza**
  - **Oct 25: Walk-a-Thon**
  - **Oct 31: Dia del Brujas (defile escolar 8:45 am)**
  - **Nov 1: Desarrollo Profesional – NO NAY ESCUELA**
  - **Nov 11: Día de los Veteranos – NO NAY ESCUELA**

# MATTHEW

PHOTOGRAPHY

# WILLIAM

Día de Fotografía Escolar:

## October 14, 2024

**¡Órdenes no deben solicitarse el día de la Foto!**

**Acceso a las Fotos e Información para Ordenar será enviado vía correo electrónico.**

Teléfono: 971 – 801 – 3580

email: [mwilliamphoto@gmail.com](mailto:mwilliamphoto@gmail.com)

website: [www.matthewphotography.com](http://www.matthewphotography.com)



# DONE GALLETAS Y BOCADILLOS PARA NUESTRA VENTA DE PASTELILLOS

## EN EL PLANTÍO DE CALABAZAS NICASIO

### ENTREGA

VIERNES 18 @ 3PM

EN LA SALA DE USOS MÚLTIPLES  
(MPR)

DOMINGO 20 @ 9:30 AM

PLANTÍO DE CALABAZAS NICASIO



# ESCUELA NICASIO NOCHE DE PELÍCULA AL AIRE LIBRE



PRESENTANDO  
MI VECINO TOTORO

19 DE  
OCTUBRE

CENA @ 6 PM  
PELÍCULA @ 7 PM

CAMPO DE JUEGO  
EN LA PLAZA  
NICASIO

Comida y Bebidas a la Venta  
La Película inicia a las 7pm, Abierto a Todo el Público  
Traiga sus Manteles y Cobijas  
1 Old Rancheria Rd.

ORGANIZADO POR LA FUNDACIÓN DE LA ESCUELA NICASIO



One tradition in Nicasio School is the celebration of *Día de los Muertos* as a school community by creating a mobile *ofrenda* (altar) with photos of departed loved ones. This year will be in display from Oct. 30 to Nov. 6. Please send your child(ren) with a photo of a family member or pet (labeled with your name) for display on this special exhibit. All photos will be returned after Nov. 6.

Thank you

Una tradición con la comunidad de la Escuela Nicasio es la celebración del Día de los Muertos creando una ofrenda/altar móvil con las fotos de los seres queridos que ya no se encuentran entre nosotros. Este año la ofrenda estará en exhibición del 30 de octubre al 6 de noviembre. Por favor, manden con sus niños una foto de un miembro de la familia o mascota (con su nombre al reverso) para colocarla en esta exhibición especial. Todas las fotos serán regresadas después del 6 de noviembre.

Gracias



## Ayudemos a los niños a encontrar equilibrio en su vida digital

La tecnología y los medios están en todas partes, desde los teléfonos y las tabletas hasta las películas por internet y YouTube. A los niños les encanta tener fácil acceso a los programas de televisión, los juegos y la información. A los padres y representantes les encanta que los niños puedan mantenerse en contacto a la vez que se van independizando. Pero es fácil excederse cuando el teléfono nunca deja de sonar y los episodios de las series se reproducen automáticamente. Las familias pueden mantener el control del uso de los medios y la tecnología siguiendo algunos simples consejos.

### Lean estos 5 consejos 📖

1

#### **Establezcan horarios y zonas sin pantallas.**

Ayuden a los adolescentes a descansar de la tecnología limitando su uso en los dormitorios, mientras estudian o a la hora de comer. Obtendrán más tiempo en familia si guardan las pantallas o disfrutan de ellas juntos.

2

#### **Explore las configuraciones para el bienestar digital.**

Junto con sus hijos, revisen las configuraciones de sus dispositivos y sus aplicaciones que pueden ayudarles a mejorar su uso de la tecnología. Algunas opciones son desactivar las funciones de reproducción automática, limitar las notificaciones de ciertas aplicaciones, usar configuraciones que apaguen los dispositivos a cierta hora cada noche, y otras.

3

#### **Sean modelos del comportamiento que quieren ver.**

Los preadolescentes y adolescentes aprenden más observando el comportamiento de los adultos que escuchando sermones. Piensen en cómo usan ustedes sus dispositivos y otros medios, y hagan cambios si ustedes mismos no cumplen con las expectativas que les exigen a sus hijos.

4

#### **Ayuden a los niños a identificar los comportamientos saludables.**

Pidan a los niños que concienticen sus sensaciones, tanto físicas como emocionales, cuando realizan actividades en línea y fuera de línea. ¿Aumenta su ritmo cardíaco cuando vibra el teléfono? ¿Disminuye su autoestima después de ver la cuenta de Instagram de un(a) amigo/a? ¿Se sienten bien cuando reciben comentarios positivos sobre una publicación? Alienten a los niños a mantener las actividades constructivas y abandonar las demás.

5

#### **Analicen cómo las empresas de tecnología ganan dinero.**

Junto con sus preadolescentes y adolescentes, investiguen cómo generan dinero los dispositivos digitales, las redes sociales, las aplicaciones y los juegos. ¿Venden anuncios? ¿Venden información sobre los niños? Comenten por qué a las empresas les interesa que los niños pasen más tiempo en sus plataformas y qué trucos usan para captar su atención.





# ¡Únase a Nosotros!

Preparar a nuestros niños para prosperar en un mundo incierto y que cambia rápidamente con Madeline Levine, Ph.D.

Para padres, cuidadores, educadores y personal escolar.

**Martes**  
**29 de octubre de 2024**  
**6:30 – 7:30 p.m.**  
**Virtual**

**OR**

**Martes**  
**18 de marzo de 2025**  
**6:30 – 7:30 p.m.**  
**Virtual**

*Preguntas y respuestas incluidas*

El Dr. Levine explorará cómo el entorno competitivo actual, las redes sociales, la participación en los medios y la dependencia constante de los dispositivos afectan a nuestros hijos con una mayor presión sobre el rendimiento y los logros académicos.

El Dr. Levine brindará a los asistentes información efectiva basada en evidencia estrategias para fomentar niños resilientes y motivados que puedan prosperar y lograr sus objetivos.

Es la Autora más vendida del New York Times en:

- ***El Precio del Privilegio***, explora por qué los adolescentes de las familias acomodadas están experimentando tasas epidémicas de problemas emocionales.
- ***Enseñe Bien a Sus Hijos***, aborda nuestra actual limitación definición de éxito: cómo estresa innecesariamente y margina a los niños.
- ***Listo o No Listo***, se centra en cómo preparar mejor a nuestros hijos y a nosotros mismos para un mundo incierto y que cambia rápidamente.



Madeline Levine, Ph.D. es un psicólogo con cerca de 40 años de experiencia como clínico, consultor, educador y autor. Biografía completa incluida aquí.



## Regístrese Aquí

Preguntas? Contacto:

Michelle Drake [mdrake@marinschools.org](mailto:mdrake@marinschools.org)



**M C** MARIN COUNTY  
**F L** FREE LIBRARY

**¡GRATIS! Ayuda con las tareas para  
estudiantes en los grados 3-10**



**HOMEWORK HELPERS**

**¡Entra para recibir asistencia en múltiples  
áreas de estudiantes secundarios!**

**4 PM - 5 PM**

**Todos los lunes en la Biblioteca de Fairfax**

**2097 Sir Francis Drake Blvd**

**Para más información llama 415.453.8151  
o envíe un correo electrónico a  
[emily.strempek@marincounty.gov](mailto:emily.strempek@marincounty.gov)**

**Todos los eventos de la biblioteca son gratuitos. Llame al 415.453.8151 o visite [marinlibrary.org](http://marinlibrary.org).**  
Para adaptaciones por discapacidad, por favor llame a 415-473-3220 (Voz), Servicio de Retransmisión de CA 711, o  
envíe un correo electrónico a [library@marincounty.org](mailto:library@marincounty.org) al menos con cinco días hábiles de anticipación al evento. El  
Condado hará su mejor esfuerzo para satisfacer las solicitudes recibidas con menos de cinco días hábiles de  
antelación. Hay copias de los documentos disponibles en formatos alternativos, previa solicitud.





# Unase a la Conversacion

9 de octubre de 2024 @ 7pm en Zoom

## CONVERSEMOS - Diga que no y entérese

Lo más reciente sobre los productos de THC y nicotina y los jóvenes

Los jóvenes de Marin tienen acceso a productos de nicotina y THC que muchos adultos ni siquiera conocen. Este mes, el Gobernador emitió regulaciones de emergencia sobre los peligrosos vaporizadores, dulces y bebidas intoxicantes de cáñamo, que están siendo comercializados y vendidos específicamente a los jóvenes. Aprenda a identificarlos, a estar pendiente y cómo compartir esta información con los pre-adolescentes y adolescentes en su familia.

### CON LA PARTICIPACIÓN DE ORADORES INVITADOS

**DR. BONNIE HALPERN-FELSHER, PhD, FSAHM**, es psicóloga del desarrollo en la División de Medicina Adolescente, Departamento de Pediatría, de la Universidad de Stanford. Es la fundadora y directora ejecutiva del Tobacco Prevention Toolkit, del Cannabis Awareness and Prevention Toolkit, y del Vaping Information, Solutions, and Interventions Toolkit.

**GABRIELLE BEYER**, es estudiante de último año en Tamalpais High School y pasante en Youth Transforming Justice.

[letstalkmarin.org/community-discussions](https://letstalkmarin.org/community-discussions)

REGÍSTRESE AQUÍ



REGÍSTRATE AHORA -ANNEMARIE.RUSSO@MARINCOUNTY.CO.V

# READING BUDDIES

## BIBLIOTECA POINT REYES

PROGRAMA DE  
ENRIQUECIMIEN  
TO  
BIBLIOTECARIO  
PARA  
ESTUDIANTES  
DE KÍNDER A  
CUARTO GRADO!  
NUESTRO  
OBJETIVO ES  
DESPERTAR EL  
AMOR POR LA  
LECTURA!

a partir del 3 de  
septiembre. 3-4 pm.



[www.marinlibrary.org](http://www.marinlibrary.org)

**M C** MARIN COUNTY  
**F L** FREE LIBRARY

MY CHOICE FOR **BETTER** LEARNING **BETTER**

FOR DISABILITY ACCOMMODATIONS PLEASE PHONE 415-475-2220 (VOICE), CA 94947-9111, OR E-MAIL LIBRARY@MARINCOUNTY.CO.V AT LEAST FIVE BUSINESS DAYS IN ADVANCE OF THE EVENT. THE COUNTY WILL DO ITS BEST TO FULFILL REQUESTS RECEIVED WITH LESS THAN FIVE BUSINESS DAYS' NOTICE. COPIES OF DOCUMENTS ARE AVAILABLE IN ALTERNATIVE FORMATS, UPON REQUEST.

# Yarn Weaving

*Kids' Craft*

Come create  
a dream catcher  
or woven wall  
hanging

Tuesday  
November 5th  
3:30 - 4:30pm  
Fairfax Library

DRawBriDge



For disability accommodations please phone 415-473-3220 (Voice), CA Relay 711, or e-mail [library@fairfaxcounty.org](mailto:library@fairfaxcounty.org) at least five business days in advance of the event. The County will do its best to fulfill requests received with less than five business days' notice. Copies of documents are available in alternative formats, upon request.

ATTENTION CREATIVES!



# THE SPIRE

THE TEEN  
MAGAZINE

IS LOOKING FOR:

- WRITERS
- EDITORS
- PHOTOGRAPHERS
- ILLUSTRATORS
- GRAPHIC DESIGNS

GET YOUR WORK  
PUBLISHED IN  
**THE ONLY**  
TEEN MADE  
MAGAZINE!

JOIN US!  
HERE

CONTACT:  
ANNEMARIE.RUSSO@MARINCOUNTY.GOV  
LUCY.COOPER@MARINCOUNTY.GOV



# MAKERS MONDAY

Mondays 3:30-5

@ the

Point Reyes Library

## Tools and Mediums

Collaging

Crochet

Friendship Bracelets

Earrings, Necklaces

Beads

Watercolors

Felting

Knitting

3D Printer

Sewing Machine

# Guarde la fecha



## Serie sobre salud mental y bienestar para padres y cuidadores 2024-2025

Otros oradores que se programarán incluyen a la [Dra. Anna Lembke](#),  
[La Dra. Madeline Levine](#), y [La Dra. Maryam Abdullah](#).

Envíe un correo electrónico a [MCWellness@marinschools.org](mailto:MCWellness@marinschools.org)

O escanee el código QR para obtener actualizaciones



### ¡Más información próximamente!

- |                                    |                                                                                                                                                                                                   |                                    |                                                                                                                                            |
|------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>26 de agosto</b><br>5:30 pm     | <b>Hablando claro sobre el triángulo de nicotina, vapeo y cannabis</b><br><b>Laboratorio de alcance de Stanford</b><br><u><a href="#">Regístrese aquí</a></u>                                     | <b>13 de noviembre</b><br>6:15 pm  | <b>Ayoyando el equilibrio saludable entre tecnología y vida para los jóvenes.</b><br><u><a href="#">ScreenSense</a></u>                    |
| <b>27 de agosto</b><br>5:30 pm     | <b>Concientización sobre el envenenamiento por fentanilo: información crítica y recursos de prevención</b><br><b>Laboratorio de alcance de Stanford</b><br><u><a href="#">Regístrate aquí</a></u> | <b>4 de diciembre</b><br>7:00 pm   | <b>El cerebro adolescente</b><br><b>Hablemos (MHYP)</b><br><u><a href="#">Regístrese aquí</a></u>                                          |
| <b>17 de septiembre</b><br>5:00 pm | <b>Más que triste para los padres</b><br><b>AFSP <u><a href="#">Regístrese aquí</a></u></b><br>NOTA: El evento es a las 6 p. m. hora de la montaña/5 p. m. hora del Pacífico                      | <b>14 y 21 de enero</b><br>6:15 pm | <b>Uso seguro de las redes sociales: Capacitación para padres vigilantes</b><br><b>Oficina del Fiscal de Distrito del Condado de Marín</b> |
| <b>17 de septiembre</b><br>6:30 pm | <b>Uso de sustancias y años de escuela secundaria</b><br><b>Empecemos a Hablar (MHYP)</b><br><u><a href="#">Regístrese aquí</a></u>                                                               | <b>5 de febrero</b><br>7:00 pm     | <b>Crianza para apoyar a nuestros adolescentes</b><br><b>Hablemos (MHYP)</b><br><u><a href="#">Regístrese aquí</a></u>                     |
| <b>24 de septiembre</b><br>6:30 pm | <b>El uso de sustancias y los años de la escuela secundaria (español)</b><br><b>Empecemos a Hablar (MHYP)</b><br><u><a href="#">Regístrese aquí</a></u>                                           | <b>27 de febrero</b><br>6:15 pm    | <b>Los medios de comunicación y las conversaciones difíciles con su hijo</b><br><b>Dra. Marie-Louise Mares</b>                             |
| <b>9 de octubre</b><br>7:00 pm     | <b>Solo dilo: una discusión sobre el vapeo</b><br><b>Hablemos (MHYP)</b><br><u><a href="#">Regístrate aquí</a></u>                                                                                | <b>Marzo</b><br>6:00 pm            | <b>Criando familias sanas</b><br><b>Serie CIP Marin</b><br><u><a href="#">Obtenga más información aquí</a></u>                             |
| <b>23 de octubre</b><br>6:15 pm    | <b>Dormir en la adolescencia: Lo que necesitas saber</b><br><b>Dra. Michelle Jonelis,</b><br><b>Estilo de vida del sueño</b>                                                                      | <b>17 de abril</b><br>6:15 pm      | <b>Hablando con los jóvenes sobre relaciones saludables</b><br><b>Centro para la paz interna</b>                                           |
|                                    |                                                                                                                                                                                                   | <b>7 de mayo</b><br>7:00 pm        | <b>Salud mental y uso de sustancias en menores de edad</b><br><b>Hablemos (MHYP)</b><br><u><a href="#">Regístrate aquí</a></u>             |

[Recursos adicionales de redes sociales seguras aquí](#)