

RHS Announcements  
Tuesday, April 7, 2020

**Announcements are also available in Spanish below!**  
***¡Los anuncios también están disponibles en español a continuación!***

**PARENT SURVEY**

Parent/Guardians – Please take a few minutes to complete the Distance Learning NPS Week 2 Parent Survey and provide your feedback. Thank you!

**ATTACHMENTS:**

- \*RISAS Parent Newsletter – Spring 2020
- \*Kids Care Newport Hospital - Flyer

**IMPORTANT APRIL DATES:**

- \*Wednesday, April 8 - Third Quarter Ends
- \*Thursday & Friday, April 9 & 10 - Vacation days for students and faculty! ENJOY!
- \*Friday, April 17 - Teacher Planning / PD day – No School for Students!

**MEAL DISTRIBUTION:**

*\*Meals will still be available on both Thursday & Friday, April 9 & 10.*

*Grab and Go pickup locations:*

- Pell Elementary School: 12-1 p.m.
- Martin Luther King Jr. Community Center: 12:30-1:30 p.m.

*Neighborhood distribution locations:*

- Chapel Terrace: 11-11:30 a.m.
- Festival Field: 11:45 a.m.-12:15 p.m.
- Bayside Village: 12:30-1 p.m.

**TECHNOLOGY HELPDESK:**

The helpdesk is available during distance learning for parents and students should it be needed. For access to the Help Desk, call 1-800-253-7122 or email [helpdesk@npsri.net](mailto:helpdesk@npsri.net). All chromebook related issues must go through the Help Desk!

**MINDFUL MESSAGE – MOMENT OF GRATITUDE:**

*Practicing gratitude is scientifically proven to reduce stress and improve mood:*

To start: Place right hand on heart and left hand on belly, close eyes.

Draw to mind someone or something you are thankful for.

Notice how it feels in your body when you think of this someone/something.

Does it make you smile, does it make you calm, does it make you feel safe.

Let that feeling expand in your body.

Quietly say the words "thank you".

**Be Safe and PLEASE remember SOCIAL DISTANCING!**

**Anuncios de RHS**  
**7 de abril de 2020**

**ENCUESTA DE PADRES**

Padres / tutores: tómesese unos minutos para completar la Encuesta de padres de NPS a distancia de la Semana 2 y envíe sus comentarios. ¡Gracias!

**ADJUNTOS:**

- \* Boletín para padres de RISAS - Primavera 2020
- \* Kids Care Newport Hospital - Folleto

**FECHAS IMPORTANTES DE ABRIL:**

- \* Miércoles 8 de abril - Termina el tercer trimestre
  - \* Jueves y viernes, 9 y 10 de abril - ¡Días de vacaciones para estudiantes y profesores!
- ¡DISFRUTAR!**
- \* Viernes 17 de abril - Día de planificación docente / PD - ¡No hay clases para estudiantes!

**DISTRIBUCION DE COMIDAS:**

- \* Las comidas seguirán disponibles los jueves y viernes, 9 y 10 de abril.  
Lugares de recogida Grab and Go:
  - Escuela primaria Pell: 12-1 p.m.
  - Centro comunitario Martin Luther King Jr.: 12: 30-1: 30 p.m.

Ubicaciones de distribución del vecindario:

- Terraza de la capilla: 11-11: 30 a.m.
- Campo del festival: 11:45 a.m.-12: 15 p.m.
- Bayside Village: 12: 30-1 p.m.

**AYUDA TECNOLÓGICA:**

El servicio de asistencia está disponible durante el aprendizaje a distancia para padres y estudiantes en caso de ser necesario. Para acceder a la mesa de ayuda, llame al 1-800-253-7122 o envíe un correo electrónico a [helpdesk@npsri.net](mailto:helpdesk@npsri.net). ¡Todos los problemas relacionados con Chromebook deben pasar por la mesa de ayuda!

**MENSAJE MENTAL - MOMENTO DE GRATITUD:**

Practicar la gratitud está científicamente comprobado para reducir el estrés y mejorar el estado de ánimo:

Para comenzar: coloque la mano derecha sobre el corazón y la mano izquierda sobre el abdomen, cierre los ojos.

Acuérdate de alguien o algo por lo que estés agradecido.

Observe cómo se siente en su cuerpo cuando piensa en este alguien / algo.

Te hace sonreír, te calma, te hace sentir seguro.

Deja que ese sentimiento se expanda en tu cuerpo.

En voz baja decir las palabras "gracias".

**¡Esté seguro y POR FAVOR recuerde DISTANCIA SOCIAL!**