

**RHS Announcements**  
**Tuesday, April 28, 2020**

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

**MINDFUL MESSAGE:**

*Concentration is one of the foundations of mindfulness:*

- Try to do one thing at a time, slowly and deliberately, paying attention to your thoughts and most importantly to your breath.
- If you are checking emails, check emails.
- If you are eating a meal, eat a meal.
- If you are with a loved one, be with that loved one.

*This state of being present and focused enhances connectivity and calm.*

**RHS May & June Calendar**

**COLLEGE ESSAY WRITING WORKSHOP FROM SALVE:**

This Thursday, April 30, 2020 at 7:00 PM until 8:00 PM Eastern Daylight Time.

Arguably one of the toughest assignments of your educational career, join us to see how the college essay can instead be one of your favorite projects! We will go over topic selection, do's and don'ts and provide examples of essays that shaped admissions decisions. Now is the time to start thinking about your college essay, you will thank yourself come September!

This is a great opportunity to get started on the essay writing process! Admission counselor from Salve will be holding a workshop on how to write the college essay.

Register at the link: <https://classroom.google.com/c/Nzl0NDkzNjA3OTVa/p/ODAzMjQ2NzczNjZa/details>

Note: There will be other workshops in English 11 classes to come as well, so do not worry if you can't go to this.

**SENIORS: Time sensitive:**

Seniors, please check your email for a link to schedule a time slot for a photo in your cap/gown with photographer, Jennifer Carter. (All safety protocols along with social distancing will be followed).

**VIRTUAL SPIRIT WEEK TWO April 27 - May 1:**

**FOOD RESOURCES / MEAL DISTRIBUTION:**

There are many food resources available and that if you are unable to get out, and need food delivered, you can email [food@npsri.net](mailto:food@npsri.net) and one of our community partners will deliver it to you. At all sites breakfast and lunches are free and available Monday through Friday to Newport children 18 and under. NO ID is required and your child does not need to be present.

*Monday through Friday.*

*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.

In addition, on Fridays and Mondays, NPS and EBCAP will be giving families extra food for the weekends and to start the week.

On Wednesdays the Food Bank will distribute groceries to families at Pell School from 12 to 2 PM. There is plenty for everyone, so please come visit us.

A full list of food resources can be found on the districts website, [www.npsri.net](http://www.npsri.net)

**CARE PACKAGES FOR RHS STUDENTS:**

We are reaching out to provide care packages that include hygiene items, school supplies and snacks. We hope these supplies will help meet some of your immediate needs. Please email Orlando at [opeace@bgcnewport.org](mailto:opeace@bgcnewport.org) if you would like to pick one up at the Florence Grey Center or have one delivered. If you have a Roger's High School friend that might need one please share this email.

This initiative was made possible by local members of the community that care for your wellbeing. Please stay strong and know that we are all in this together.

**SURVEY WORKS:**

Families & Students: The window for the survey is open until this Thursday, April 30. This is a very important survey for Rogers but for the Newport Public Schools! Thank you ahead of time for completing the survey! [surveys.panoramaed.com/ride](https://surveys.panoramaed.com/ride)

Access Code for Students: **21111student612**

Access Code for Families: **21111family**

**TECHNOLOGY HELPDESK:**

As we continue moving forward with distance learning, we know that there are going to be technology issues that crop up. We have a dedicated technology help line to assist with these issues. Now, we also have a dedicated Spanish-speaking line as well. You can reach out to [helpdesk@npsri.net](mailto:helpdesk@npsri.net) or call 401-619-5362. To access the Spanish-speaking line, please call 1-800-735-1775. The message is in Spanish and users will be directed to a Help Desk engineer who speaks Spanish.

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

**Anuncios de RHS**

**28 de abril de 2020**

**MENSAJE MENTAL:**

La concentración es uno de los fundamentos de la atención plena:

- Intente hacer una cosa a la vez, lenta y deliberadamente, prestando atención a sus pensamientos y lo más importante a su respiración.

- Si está revisando correos electrónicos, revise los correos electrónicos.
- Si está comiendo una comida, coma una comida.
- Si está con un ser querido, esté con ese ser querido.

Este estado de estar presente y enfocado mejora la conectividad y la calma.

### **TALLER DE ESCRITO DE ENSAYO UNIVERSITARIO DE SALVE:**

Este jueves 30 de abril de 2020 a las 7:00 p.m. hasta las 8:00 p.m., hora del este.

Posiblemente una de las tareas más difíciles de tu carrera educativa, únete a nosotros para ver cómo el ensayo universitario puede ser uno de tus proyectos favoritos. Repasaremos la selección de temas, qué hacer y qué no hacer y brindaremos ejemplos de ensayos que dieron forma a las decisiones de admisión. Ahora es el momento de comenzar a pensar en su ensayo universitario, ¡se lo agradecerá en septiembre!

¡Esta es una gran oportunidad para comenzar el proceso de redacción de ensayos! El consejero de admisión de Salve realizará un taller sobre cómo escribir el ensayo universitario.

Regístrese en el enlace:

<https://classroom.google.com/c/NzI0NDkzNjA3OTVa/p/ODAzMjQ2NzczNjZa/details>

Nota: También habrá otros talleres en inglés 11 clases, así que no te preocupes si no puedes ir a esto.

### **MAYORES: Sensible al tiempo:**

Personas de la tercera edad, revise su correo electrónico para obtener un enlace para programar un intervalo de tiempo para una foto en su toga / birrete con la fotógrafa, Jennifer Carter. (Se seguirán todos los protocolos de seguridad junto con el distanciamiento social).

### **SEMANA ESPIRITUAL VIRTUAL DOS 27 de abril - 1 de mayo:**

27 de abril al 1 de mayo es Virtual Spirit semana dos. Vea a continuación los temas, temas y desafíos diarios.

### **RECURSOS ALIMENTARIOS / DISTRIBUCIÓN DE COMIDAS:**

Hay muchos recursos alimenticios disponibles y si no puede salir y necesita que le entreguen los alimentos, puede enviar un correo electrónico a [food@npsri.net](mailto:food@npsri.net) y uno de nuestros socios de la comunidad se los entregará. En todos los sitios, el desayuno y los almuerzos son gratuitos y están disponibles de lunes a viernes para los niños de 18 años y menores de Newport. NO se requiere identificación y su hijo no necesita estar presente.

De lunes a viernes.

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.

Además, los viernes y lunes, NPS y EBCAP darán a las familias comida extra para los fines de semana y para comenzar la semana.

Los miércoles, el Banco de Alimentos distribuirá alimentos a las familias de la Escuela Pell de 12 a 2 PM. Hay mucho para todos, así que visítanos.

Puede encontrar una lista completa de recursos alimenticios en el sitio web del distrito, [www.npsri.net](http://www.npsri.net)

### **PAQUETES DE CUIDADO PARA ESTUDIANTES DE RHS:**

Nos estamos acercando para proporcionar paquetes de atención que incluyen artículos de higiene, útiles escolares y refrigerios. Esperamos que estos suministros ayuden a satisfacer algunas de sus necesidades inmediatas. Envíe un correo electrónico a Orlando a [opeace@bgcnewport.org](mailto:opeace@bgcnewport.org) si desea recoger uno en el Florence Gray Center o recibir uno. Si tienes un amigo de Roger High School que podría necesitar uno, comparte este correo electrónico.

Esta iniciativa fue posible gracias a los miembros locales de la comunidad que se preocupan por su bienestar. Por favor, manténgase firme y sepa que todos estamos juntos en esto.

### **LA ENCUESTA FUNCIONA:**

Familias y estudiantes: La ventana para la encuesta está abierta hasta este jueves, 30 de abril. ¡Esta es una encuesta muy importante para Rogers pero para las Escuelas Públicas de Newport! ¡Gracias de antemano por completar la encuesta! [survey.panoramaed.com/ride](https://survey.panoramaed.com/ride)

Código de acceso para estudiantes: 21111student612

Código de acceso para familias: familia 21111

### **AYUDA TECNOLÓGICA:**

A medida que continuamos avanzando con el aprendizaje a distancia, sabemos que habrá problemas tecnológicos que surgirán. Tenemos una línea de ayuda tecnológica dedicada para ayudar con estos problemas. Ahora, también tenemos una línea dedicada de habla hispana. Puede comunicarse con [helpdesk@npsri.net](mailto:helpdesk@npsri.net) o llamar al 401-619-5362. Para acceder a la línea de habla hispana, llame al 1-800-735-1775. El mensaje está en español y los usuarios serán dirigidos a un ingeniero de la mesa de ayuda que hable español.

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