



EJ PATTEN SCHOOL COUNSELOR NEWSLETTER

April 2025



April: A Month of Awareness and Support!

April is a special month at EJ Patten as we recognize both National Counseling and National Autism Awareness Month!

Our school counselors play a vital role in supporting students' emotional well-being, helping them develop social skills, manage challenges, and succeed in school. This month, we celebrate their dedication and encourage students to reach out whenever they need guidance or a listening ear.

April is also a time to raise awareness about autism and embrace the beauty of neurodiversity. Autism affects how individuals experience the world, and every person with autism has unique strengths and challenges. By learning more about autism, practicing kindness, and fostering inclusivity, we help make our school a welcoming place for all.

How Parents Can Support Awareness at home:

- Talk About Feelings – Encourage open discussions about emotions
- Promote Kindness & Inclusion – Read books or watch videos about autism
- Practice Coping Skills – Teach simple skills like deep breathing and journaling
- Celebrate Differences – Emphasize that everyone learns and communicates in their own way, and that's what makes our community special!

Marking Period 3 Theme

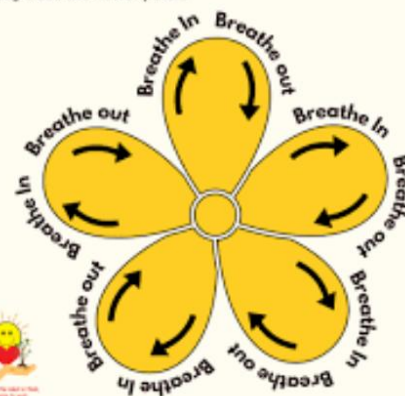
The school-wide theme for the third marking period is **Make Smart Choices**. The counseling team will be visiting classrooms to provide lessons on problem solving, responsible decision making, and self-esteem.

Upcoming Events

- Early Dismissal (1:20): April 10
- Parent Conferences: April 10
- Early Dismissal (1:20): April 16
- Spring Recess: April 17 - 25

Flower Breathing

Slowly trace the flower petals





Spring is in the Air!

The Importance of Attendance and Knowing When to Keep Your Child Home

Spring is here! With warmer days come allergies and colds, making it tricky to decide if your child should stay home or head to school. Attendance is key to success, but so is keeping kids healthy. Here's how to tell the difference between allergies and illness.

The Importance of Consistent Attendance

Regular school attendance is essential for academic achievement, social development, and establishing good habits for the future. Missing school—even just a day or two here and there—can result in learning gaps and make it harder for students to keep up with their studies. It's important for parents to encourage their children to attend school whenever possible, while also being mindful of their health and the well-being of others.

Allergies vs. Illness: Knowing the Difference

Spring allergies can mimic cold and flu symptoms, which can make it tricky to determine if your child should stay home. Here are some ways to differentiate between allergies and a true illness:

- Common Allergy Symptoms: Sneezing, itchy or watery eyes, clear nasal discharge, and mild fatigue. Allergies do not cause fevers, body aches, or severe fatigue.
- Signs of Illness: Fever over 100.4°F, sore throat with white spots, persistent cough, body aches, vomiting, or diarrhea.

When to Send Your Child to School

If your child has mild allergy symptoms that can be managed with over-the-counter medication, they should still attend school. Antihistamines, saline nasal sprays, and plenty of fluids can help ease discomfort without disrupting their learning. Encouraging your child to wash their hands frequently and avoid rubbing their eyes can also reduce irritation.

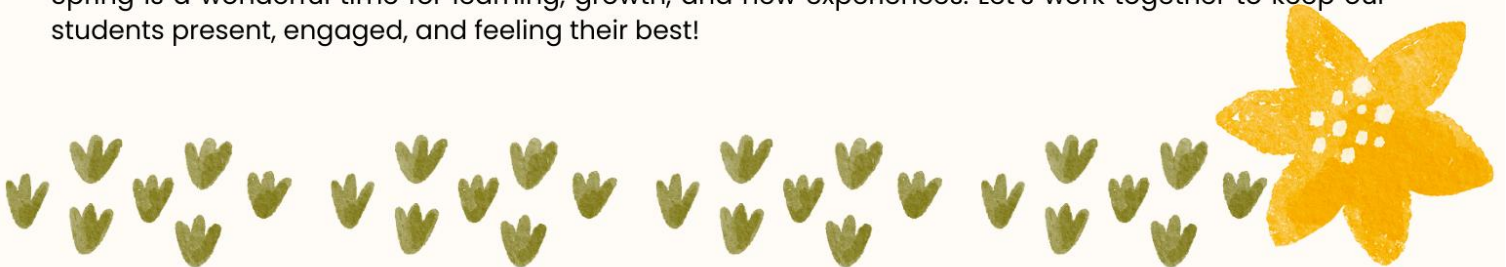
When to Keep Your Child Home

If your child has a fever, vomiting, diarrhea, or symptoms that significantly impact their ability to participate in class, they should stay home. It's best to follow the 24-hour rule—children should be fever-free without medication, and have no vomiting or diarrhea, for at least 24 hours before returning to school.

Partnering for a Healthy Spring

Schools and families can work together to ensure a healthy and productive spring season. By recognizing the difference between allergies and illness, parents can make informed decisions about attendance. If you are ever unsure, consulting your child's pediatrician can provide clarity.

Spring is a wonderful time for learning, growth, and new experiences. Let's work together to keep our students present, engaged, and feeling their best!





BOLETÍN INFORMATIVO DEL CONSEJERO ESCOLAR EJ PATTEN

Abril de 2025



Abril: ¡Un Mes de Concientización y Apoyo!

¡Abril es un mes especial en EJ Patten ya que reconocemos el Mes Nacional de las Consejeras y el Mes Nacional de Concientización sobre el Autismo!

Nuestros consejeros escolares desempeñan un papel fundamental en el apoyo al bienestar emocional de los estudiantes, ayudándolos a desarrollar habilidades sociales, gestionar los desafíos y alcanzar el éxito académico. Este mes, celebramos su dedicación y animamos a los estudiantes a que nos contacten cuando necesiten orientación o alguien que los escuche.

Abril también es un momento para crear conciencia sobre el autismo y abrazar la belleza de la neurodiversidad. El autismo afecta la forma en que las personas experimentan el mundo, y cada persona con autismo tiene fortalezas y desafíos únicos. Al aprender más sobre el autismo, practicar la amabilidad y fomentar la inclusión, contribuimos a que nuestra escuela sea un lugar acogedor para todos.

Cómo pueden los padres apoyar la concientización en el hogar:

- Hablar sobre los sentimientos: fomentar debates abiertos sobre las emociones.
- Fomente la amabilidad y la inclusión: lea libros o vea videos sobre el autismo.
- Practique habilidades de afrontamiento: enseñe habilidades simples como respirar profundamente y escribir un diario.
- Celebre las diferencias: enfatice que cada uno aprende y se comunica a su manera, ¡y eso es lo que hace que nuestra comunidad sea especial!

Tema del Período de Calificación 3

El tema principal del tercer periodo de calificaciones es **"Toma Decisiones Inteligentes"**.

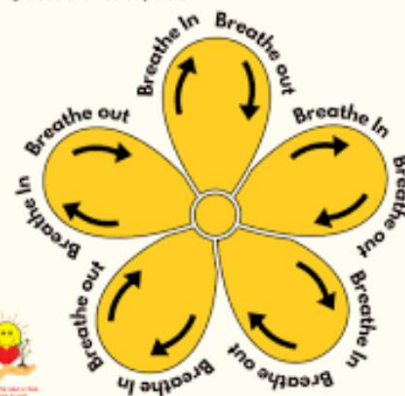
El equipo de orientación visitará las aulas para impartir clases sobre resolución de problemas, toma de decisiones responsable, y autoestima.

Próximos Eventos

- Early Dismissal (1:20): April 10
- Parent Conferences: April 10
- Early Dismissal (1:20): April 16
- Spring Recess: April 17 – 25

Flower Breathing

Slowly trace the flower petals





¡La Primavera se Siente en el Aire!



La Relevancia de la Asistencia y Saber Cuándo Dejar a su Hijo en Casa.

¡La primavera ha llegado! Con el aumento de las temperaturas, también surgen las alergias y los resfriados, lo que complica la decisión de si su hijo debe permanecer en casa o asistir a la escuela. La asistencia es fundamental para el éxito, pero igualmente importante es asegurar la salud de los niños. A continuación, le explicamos cómo distinguir entre alergias y enfermedades.

La relevancia de la asistencia continua

La asistencia constante a la escuela es fundamental para el rendimiento académico, el desarrollo social y la formación de buenos hábitos para el futuro. Ausentarse de la escuela, incluso solo uno o dos días, puede provocar vacíos en el aprendizaje y dificultar que los estudiantes se mantengan al día con sus estudios. Es crucial que los padres motiven a sus hijos a asistir a la escuela siempre que sea posible, considerando también su salud y el bienestar de los demás.

Alergias y enfermedades: cómo distinguirlas

Las alergias estacionales pueden simular los síntomas de la gripe y el resfriado, lo que puede complicar la decisión sobre si su hijo debe permanecer en casa. A continuación, se presentan algunas maneras de distinguir entre alergias y una enfermedad real:

- **Síntomas habituales de alergia:** estornudos, picazón o lagrimeo en los ojos, secreción nasal clara y leve cansancio. Las alergias no provocan fiebre, dolores corporales ni fatiga severa.
- **Signos de enfermedad:** Fiebre superior a 38 °C, dolor de garganta con manchas blancas, tos persistente, dolores corporales, vómitos o diarrea.

Cuándo matricular a su hijo en la escuela

Si su hijo presenta síntomas leves de alergia que pueden ser controlados con medicamentos de venta libre, es recomendable que asista a la escuela. Los antihistamínicos, los aerosoles nasales salinos y una adecuada hidratación pueden contribuir a aliviar las molestias sin interrumpir el proceso de aprendizaje. Fomentar que su hijo se lave las manos con regularidad y evite frotarse los ojos también puede disminuir la irritación.

Cuándo es apropiado dejar a su hijo en casa

Si su hijo presenta fiebre, vómitos, diarrea o síntomas que impacten de manera significativa su capacidad para asistir a clase, es recomendable que permanezca en casa. Es aconsejable seguir la norma de las 24 horas: los niños deben estar sin fiebre sin el uso de medicación y sin vómitos ni diarrea durante al menos 24 horas antes de volver a la escuela.

Colaborando por una primavera saludable

Las escuelas y las familias pueden colaborar para asegurar una temporada de primavera saludable y productiva. Al identificar la diferencia entre alergias y enfermedades, los padres pueden hacer elecciones informadas sobre la asistencia. Si en algún momento tiene dudas, consultar con el pediatra de su hijo puede ofrecerle claridad.

La primavera es una temporada extraordinaria para aprender, desarrollarse y vivir nuevas experiencias. ¡Colaboremos para que nuestros estudiantes estén presentes, comprometidos y se sientan en su mejor momento!

