



Eagle News

September/October 2021 | Volume 1 | SER-Niños Charter (Alder/Gulfton/Dashwood) | Home of the Eagles

RED RIBBON WEEK



Twin with a friend/s.



Scaring drugs away.



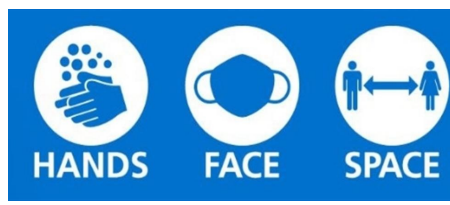
Breakfast is Free!

Breakfast is free to all students. Breakfast is from 7:15am-7:45 am. Students should arrive to school early if they plan on eating breakfast.



CDC GUIDELINES FOR COVID-19

- Don't forget to always wear a face mask in public places.
- Make sure to wash your hands for at least 20 seconds.
- Always try to keep a 6 feet distance from others.



- 1— Parent Meeting at 8:15 a.m.
- 11— Columbus Day
- 15— National Bosses Day
- 21— Early Dismissal at 1:00 p.m.
- 21-22— Parent/Teacher Conference
- 22— Hispanic Heritage Presentation
- 25-29—Red Ribbon Week
- 25—STAAR Writing 4-8
- 26—STAAR Benchmark Reading
- 27—STAAR Benchmark Math
- 28—STAAR Benchmark Science
- 29— STAAR Benchmark Social Studies
- 31—Halloween

Reminders from SER-Niños

- During dismissal please stay in your car. Thank you for following the dismissal plans.
- Always wear the appropriate uniform.
- Tops can be white, tan, or yellow. Pants (boot cut), skirts, jumpers, and shorts have to be navy blue. If pantyhose or leggings are worn they must be white or navy blue and reach the ankle.
- No jeans, sweatpants, and no leggings.
- Students may only wear tennis shoes, not sandals, dress shoes or boots.
- Jackets and sweatshirts can be grey, navy blue, white, green, or red only, with no logos or lettering.

Exercises

Keeping yourself active for at least an hour is good for your health. Here are some exercises you can do at home.

1. Jumping Rope
2. Cartwheels
3. Walk for at least 60 minutes.
4. Jumping Jacks



Healthy Snacks

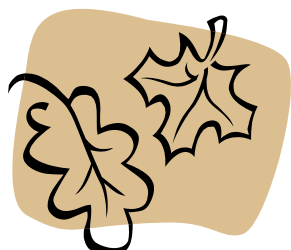
These are some healthy snacks you can eat after a great exercise.

1. Plain yogurt and add some diced fruits or a drizzle of honey.
2. Cut a stalk of celery into three pieces, spread peanut butter on the inside and add raisins at the top of the peanut butter.
3. Carrots with ranch dipping.



September

- 6—Labor Day Holiday
- 6—Rosh Hashana
- 7—Tutoring Begins for 2-5 Graders 3:15 p.m.—4:30 p.m.
- 11—Patriot Day
- 12— National Grandparent's Day
- 20—Open House Middle School Campus 4:30 p.m.—5:30 p.m.
- 21—Peace Day
- 22—Open House Dashwood Campus 5:00 p.m.—6:00 p.m.
- 22—Autumn Begins
- 23—Open House Alder Campus 5:00 p.m.—6:00 p.m.
- 27—Parent Meeting at 8:45 a.m.
- 27—Yom Kippur





Eagle News

Septiembre/Octubre 2021 | Volumen 1 | SER-Niños Charter (Alder/Gulfton/Dashwood) | Casa de las aguilas

SEMANA DEL LISTÓN ROJO



Gemelo con un amigo/s.

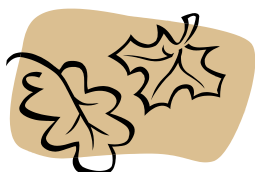


Asustando las drogas.



Recordatorios de SER-Niños

- Durante la salida por favor permanezca en su coche. Gracias por seguir los planes de salida.
- Siempre lleve el uniforme adecuado.
- Las camisas pueden ser blancas, marrones o amarillas. Los pantalones (corte de bota), faldas, jumpers y pantalones cortos tienen que ser de color azul marino. Si se usan medias o leggings, deben ser blancos o azul marino y alcanzar el tobillo.
- No se permiten pantalones de mezclilla, ni leggings.
- Los estudiantes sólo pueden usar tenis. No sandalias, zapatos de vestir o botas.
- Las chaquetas y sudaderas pueden ser grises, azul marino, blancas, verdes o rojas solamente, sin logotipos ni letras.



Desayuno

El desayuno es gratis para todos los estudiantes. Se sirve de 7:15am a 7:45am. Los estudiantes deben llegar temprano si planean desayunar.



PAUTAS DE LOS CDC PARA COVID-19

- No olvide usar siempre una mascarilla en lugares públicos.
- Asegúrese de lavarse las manos durante al menos 20 segundos.
- Siempre trate de mantener una distancia de 6 pies entre sí.



Ejercicios

Mantenerse activo durante una hora es bueno para su salud. Aquí hay algunos ejercicios que puedes hacer en casa.

1. Saltar la cuerda
2. Volteretas
3. Caminar por lo menos 60 minutos.
4. Saltos de tijera



Meriendas Saludables

Estos son algunos bocadillos saludables que puedes comer después de un gran ejercicio.

1. Yogur natural y agregue unos pedazos de fruta o un poco de miel.
2. Corta un tallo de apio en tres pedazos, extiende la mantequilla de maní en el interior y agrega pasas en la parte superior de la mantequilla de maní.
3. Zanahorias con aderezo ranch.



- 1— Reunión de padres a las 8:15 a.m.
- 11— Columbus Day
- 15— Día Nacional del jefe
- 21— Salida temprana a la 1:00 p.m.
- 21-22— Conferencia de padres y maestros
- 22— Presentación de la Herencia Hispana
- 25-29— Semana del listón rojo
- 25— Escritura STAAR 4-8
- 26— STAAR Benchmark de Lectura
- 27— STAAR Benchmark de Matemáticas
- 28— STAAR Benchmark de Ciencias
- 29— STAAR Benchmark de Estudios Sociales
- 31— Halloween



- 6— Día del Trabajo
- 6— Rosh Hashana
- 7— Tutorías comienzan para 2-5 Grado 3:15 p.m.—4:30 p.m.
- 11— Día del Patriota
- 12— Día Nacional de los Abuelos
- 20— Open House de la escuela secundaria 4:30 p.m.—5:30 p.m.
- 21— Día de la paz
- 22— Open House Dashwood 5:00 p.m.—6:00 p.m.
- 22— Comienza el otoño
- 23— Open House Alder 5:00 p.m.—6:00 p.m.
- 27— Reunión de Padres a las 8:45 a.m.
- 27— Yom Kippur