

Buzz Bits

No.4

November 19, 2008

MARK YOUR CALENDAR

November 20	-----	Parent/Teacher Conferences – 3:00 – 7:00 PM
November 24 – 28	-----	No School – Thanksgiving Break
December 8	-----	Vision/Hearing Screening – Pre-K
December 11	-----	SIT/PTA Meeting – 5:30 – 7:30 PM
December – 22 – Jan 6	-----	No School – Winter Break/Professional Development

LOST & FOUND

All items remaining in the Lost & Found at Thanksgiving Break will be donated to a worthy cause. Please be sure to have your child check for any of his or her belongings.

NEEDED

Someone to sew or advise –

Our stage curtain has a significant rip. Is there anyone who can come look at it and advise us? Can it be sewn by a parent by hand? Does it need to be taken down? Does it need a certain kind of machine? Help, thanks!

A MESSAGE FROM SUPERINTENDENT CHRIS KING ABOUT BVSD GIFT POLICY

For several years, the Boulder Valley School District has had a policy limiting the gifts that BVSD employees can accept as a result of their employment. Concerns were raised last year that some BVSD staff members did not know about the district policy regarding acceptance of personal gifts.

A review of existing practices in the spring of 2008 found inconsistent practices and a general lack of awareness of district limits. Three major concerns underpin the new gift acceptance regulation. They are:

- The potential for impropriety or the appearance of impropriety.
- The creation of inequities among BVSD's schools and departments.
- The lack of clarity as to tax implications given the high financial value of some of the gifts discovered.

This revised regulation does not ban all gifts. It does spell out more clearly than in the past what are acceptable gifts to receive. I do realize that the desire of parents to appreciate the dedication of teachers and coaches comes from a genuine spirit of generosity and appreciation. However, for the three reasons I cited above, that generosity and support shown above the \$25.00 level is best expressed in support of schools and programs for the direct benefit of students.

IMPACT ON EDUCATION ANIMATED VIDEO CONTEST

Impact on Education is hosting an animated video contest that runs between October 27, 2008 and January 6, 2009. The contest features an easy-to-use animation program called Kerpoof and is open to students between the ages of 5 and 18 years old. Visit the [Impact on Education website](#) for more information on how to enter and for the contest rules.

ATTACHED

PEN Presents: Thriving During the Elementary Years – Holiday Family time – By Dr. Jan Hittelman

Buzz Bits

No.4

Noviembre 19, 2008

PARA SEÑALAR EN SU CALENDARIO

Noviembre 20	-----	Conferencias Padres/Maestros – 3:00 – 7:00 PM
Noviembre 24 – 28	-----	No hay clases—Vacaciones de Día de Gracias (Thanksgiving)
Diciembre 8	-----	Exámenes de Vista/Audición – Preescolar
Diciembre 11	-----	Reunión SIT/PTA – 5:30 – 7:30 PM
Diciembre – 22 – Enero 6	-----	No hay clases – Vacaciones de invierno/Desarrollo Profesional

OBJETOS PERDIDOS

Todos los objetos que sigan en el cajón de Objetos Perdidos (Lost & Found) al comenzar las vacaciones del Día de Gracias se donarán a alguna caridad merecedora. Favor de asegurar que su niño/a revise el cajón para ver si algo le pertenece.

SE NECESITA AYUDA

Alguien para coser o aconsejar –

La cortina de nuestro escenario está desgarrada. ¿Habría alguien que pueda venir a verla y darnos un consejo? ¿Se podrá coser a mano? ¿Hay que bajarla? ¿Se necesita cierto tipo de máquina? Necesitamos ayuda. ¡Gracias!

UN MENSAJE DEL SUPERINTENDENTE CHRIS KING SOBRE LA POLÍTICA BVSD EN CUANTO A REGALOS

Durante varios años, el Distrito Escolar del Valle de Boulder ha tenido una política de limitar los regalos que los empleados del Distrito puedan aceptar como resultado de su empleo. El año pasado hubo comentarios que algunos miembros del personal del Distrito no conocían la política del Distrito en cuanto a aceptar regalos personales.

En la primavera de 2008, repaso de las prácticas existentes encontró que había prácticas inconsistentes y una falta generalizada de conciencia acerca de los límites del distrito. Hay tres consideraciones básicas en el nuevo reglamento sobre regalos. Son las siguientes:

- El potencial para algo impropio o la apariencia de algo impropio.
- La creación de inequidades entre las escuelas y departamentos del Distrito.
- La falta de claridad en cuanto a las implicaciones de impuestos, dado el alto valor económico de algunos regalos que se descubrieron.

Este reglamento actualizado no prohíbe todos los regalos. Sí define más claramente cuáles regalos se pueden recibir. Estoy consciente de que el deseo de los padres de agradecer la dedicación de maestros y entrenadores parte de un genuino espíritu de generosidad y apreciación. Sin embargo, por las tres razones aquí citadas, la generosidad y el apoyo demostrado por más de \$25.00 se expresaría mejor en apoyo de escuelas y programas para el beneficio directo de los alumnos.

CONCURSO DE VIDEO ANIMADO IMPACT ON EDUCATION

Impact on Education está patrocinando un concurso de video animado entre el 7 de octubre de 2008 y el 6 de enero de 2009. El concurso se enfoca en un programa fácil de usar, llamado Kerpoof, y está abierto para alumnos entre las edades de 5 y 18 años. Visitar el portal internet [Impact on Education](http://www.impactoneducation.com) para mayores informes sobre cómo entrar al concurso y para las reglas del mismo.

ADJUNTOS

PEN Presenta: Cómo Florecer durante los años de Elemental – Tiempo Familiar durante los Días de Fiesta – por el Dr. Jan Hittelman

Parent Engagement Network presents:

Thriving During the Elementary Years

Holiday Time is Family Time

By Dr. Jan Hittelman

The holiday season is supposed to be a time for family get-togethers and celebration. Most families look forward to this special time of the year. A time for renewal of the love and warmth that family represents. Too often, however, it becomes a time of family conflict and struggle. In the counseling industry, there is often a spike in referrals after school holidays. This is usually the result of underlying dysfunctional family dynamics flourishing in an environment of ongoing family interaction. Let's open our "Happy Holiday Family Survival Kit" and consider the following strategies:

1. The L Word: Generally speaking, we are terrible at expressing our positive feelings for each other. On the other hand, we tend to be masterful at expressing our negative feelings. This is a critical issue within the family. As parents we often feel love, pride, and caring for our children, but rarely do we verbalize it. Our children and others are not mind readers and desperately need to hear it.

2. Quality Time: Consider empowering your children by giving them the opportunity to suggest some family activities. After they brainstorm a list of family activities, pick the ones that sound good to you and make an effort to do them. While all of your time need not be structured, too much boredom and down time often leads to negative behavior and conflict.

3. Choosing Your Battles: Focus on the big picture; having an enjoyable time as a family and try not to let the smaller discipline issues become the focus of family interaction. You can always provide minimal feedback, make a mental note, and revisit it after the holidays.

4. The L Word: I know I mentioned it already, but we really are terrible at it. Make an effort to provide your child with genuine positive feedback. When you feel something positive, make sure you verbalize it.

5. The Element of Surprise: Think about some activities that you know your children will enjoy (see #2) and surprise them with it, letting them know that you are doing it because of something positive that they have done in the recent past (see #4).

6. If All Else Fails, Consider the C Word: If despite all of these efforts significant family dysfunction continues then consider benefiting from counseling. In many cases, short-term family therapy with a skilled provider can result in significant outcomes.

The basic elements of love, nurturance, effective communication and empowerment are at the heart of what makes any family system strong. It just takes effort to nourish and maintain them. Happy Holidays!

Dr. Michael Bradley Alert!

Dr. Michael Bradley acclaimed national speaker and author of several books, including *Yes, Your Teen is Crazy!*, will be in Boulder on February 27th & 28th. He will be presenting a PEN-sponsored talk as well as a parent workshop to help raise funds for September School and the Boulder Counseling Cooperative. For more information, please call (303) 443-9933.

In the months to come we will be interviewing Dr. Bradley for this column. **Have a question for Dr. Mike?** Please send your questions to: jan.hittelman@gmail.com.

Upcoming PEN Event:

Wednesday, December 10

9-11am

Naropa University (6287 Arapahoe, Boulder)

The Soul of Education

Rachael Kessler - PEN National Speaker Helping Students Find

Connection, Author, The Soul of Education

Compassion, & Character at School

President, Passageworks Institute

www.passageworks.org

Learn more about PEN by visiting their website at: www.parentengagementnetwork.org or by contacting Betsy Fox with the Boulder County Healthy Youth Alliance at 303-441-3981.

Dr. Jan Hittelman is a licensed psychologist and Director of Boulder Psychological Services, LLC. What's your opinion? Questions or comments for this monthly column can be sent to: 1527 Pine Street, Suite B, Boulder, CO 80302, via email to: jan.hittelman@gmail.com, or by phone: 720-217-3270.

Parent Engagement Network presenta:
Superando con Éxito los Años de Primaria
La Época de las Fiestas es una Época Familiar
Por el Dr. Jan Hittelman

La época de las navidades debería ser una época de celebraciones y de reuniones familiares. La mayoría de las familias esperan con entusiasmo la llegada de este momento especial del año. Es una época para renovar los sentimientos de amor y de cariño que representan las familias. Sin embargo, con demasiada frecuencia, esta época se convierte en un tiempo de conflicto y de lucha. En el campo de la terapia suele haber un aumento de clientes después de las vacaciones escolares. Esto normalmente se debe a una dinámica familiar disfuncional que suele prosperar en un entorno de continuo contacto familiar. Abramos nuestro “Botiquín de Fiestas Felices para las Familias” y consideremos las siguientes estrategias:

- 1. La Palabra Amor:** En general solemos ser bastante malos para expresar nuestros sentimientos a los demás. Por otro lado se nos suele dar de maravilla hacer críticas negativas. Esto es un gran problema dentro de la familia. Como padres solemos sentir amor, orgullo y cariño por nuestros niños pero rara vez se lo comunicamos con palabras. Ni nuestros niños ni otras personas pueden leer nuestros pensamientos y necesitan desesperadamente saber lo que pensamos de ellos.
- 2. Tiempo de Calidad:** Consideren dejar que sus niños sugieran algunas actividades en que pueda participar toda la familia. Después de hacer una lista, elijan las que más les gusten y hagan el esfuerzo de hacerlas con ellos. Aunque no es necesario que estructuren todo su tiempo, el aburrimiento y el ocio suelen llevar a la mala conducta y a los conflictos.
- 3. Elijan sus Batallas:** Céntrense en el panorama al completo; en pasárselo bien con su familia y en intentar no dar demasiada importancia a los problemas de disciplina menos importantes. Siempre pueden hacer algún ligero comentario al respecto, tomar nota y volver a tratar el tema después de las fiestas.
- 4. La Palabra Amor:** Ya sé que he hablado de esto pero es que verdaderamente somos terribles a la hora de expresar nuestros sentimientos. Hagan un esfuerzo por elogiar a sus hijos. Cuando sientan o vean algo positivo, díganse.
- 5. El Factor Sorpresa:** Planeen actividades que saben que a sus hijos les encantarán (ver No.2) y sorpréndanles con ellas; díganles que las están haciendo por algo positivo que han hecho recientemente. (Vean el No. 4).
- 6. Cuando Todo lo Demás Falla, Consideren la Palabra Terapia:** Si a pesar de sus esfuerzos, sigue habiendo una gran disfunción en su familia, consideren los beneficios de las sesiones de terapia familiar. En muchos casos unas cuantas sesiones con un terapeuta familiar pueden reportarles bastantes beneficios. Los elementos básicos de amor, de afecto, de buena comunicación y de transmisión de poder son la base de la fuerza de cualquier sistema familiar. Lo único necesario es poner esfuerzo para alimentarlos y mantenerlos. ¡Felices Fiestas!

¡Atención al Dr. Michael Bradley!

El Dr. Michael Bradley, un ponente reconocido en todo el país y autor de varios libros entre los que se encuentra “*Yes, Your Teen is Crazy!*”, va a estar en Boulder el 27 y 28 de febrero. Durante su visita va a hacer una presentación patrocinada por PEN y también dirigirá un taller de padres para ayudar a recaudar fondos para September School y para Boulder Counseling Cooperative. Para más información, llamen al (303) 443-9933. En los próximos meses vamos a entrevistar al Dr. Bradley para esta columna. **¿Tienen alguna pregunta para el Dr. Mike?** Envíen sus preguntas a: jan.hittelman@gmail.com.

Próximo Evento de PEN:

Miércoles, 10 de diciembre, 9-11am
Naropa University (6287 Arapahoe, Boulder)

El Alma de la Educación

Ayudando a los Estudiantes a
Encontrar la Conexión, la Compasión y
el Carácter en la Escuela

Rachael Kessler – Oradora Nacional de PEN

Autora, *The Soul of Education*
Presidente de Passageworks Institute
www.passageworks.org

Conozcan más sobre PEN a través de su página web: www.parentengagementnetwork.com o llamando a Betsy Fox en Boulder County Healthy Youth Alliance al 303-441-3981.

El Dr. Jan Hittelman es un psicólogo licenciado y Director de Boulder Psychological Services, LLC. ¿Qué opinan ustedes? Pueden enviar sus preguntas o comentarios sobre esta columna mensual a: 1527 Pine Street, Suite B, Boulder, CO 80302, por e-mail a: jan.hittelman@gmail.com, o por teléfono al: 720-217-3270.