

Chères familles de Troy Prep,

Nous espérons que vous avez tous passé des vacances de Thanksgiving reposantes et saines. En cette saison de gratitude, nous sommes très reconnaissants du fait que notre équipe de la Boston Prep ait ouvert ses portes à des élèves sélectionnés lundi dernier! Nous sommes fiers de célébrer cette étape importante pour nos élèves, nos familles et toute la communauté d'Uncommon en accueillant de nouveau les élèves dans nos écoles de Boston. Cela ne serait pas possible sans le soutien continu de chaque partie de notre communauté d'Uncommon - et en particulier de vous, les familles! Merci pour votre soutien alors que nous continuons à traverser cette année scolaire et que nous travaillons pour réouverture en janvier.

Mises à jour de l'école

Sondage pour les parents/tuteurs à venir en janvier!

Début janvier, nous lancerons une brève enquête auprès de tous les parents et tuteurs. C'est l'occasion pour vous de partager vos réflexions et vos commentaires directement avec nous alors que nous travaillons pour vous offrir des écoles de la plus haute qualité pour vos enfants. L'enquête commencera le lundi 4 janvier et se sera fermée le dimanche 17 janvier. Vous recevrez un lien vers l'enquête par courrier électronique une fois qu'elle sera ouverte. Nous sommes impatients d'avoir de vos nouvelles!

Mises à jour du service d'alimentation:

Pour les élèves qui apprennent uniquement à distance :

- Le service d'alimentation pour chercher les repas se poursuivra tous les vendredis tout au long de l'année scolaire pour tous les élèves qui apprennent uniquement à distance :
 - **La nourriture peut être récupérée à l'un ou l'autre endroit:** 2 Polk St Troy, NY 12180 (via la Duke Street Alleyway): de 9 h 00 à 12 h 00 ou 3055 6th Ave Troy, NY 12180 (sur Douw Street): de 12 h 00 à 15 h 00 PM

Pour les élèves qui font partie de l'apprentissage hybride :

- Pour tous les élèves qui font partie de l'apprentissage hybride, les jours où les élèves sont dans le bâtiment, ils recevront le petit-déjeuner, le déjeuner et la collation en personne et recevront également un ensemble de repas pour couvrir leur journée d'apprentissage qui n'est pas en personne.
- Par exemple:
 - Le lundi, ils prendront leurs repas en personne et emporteront des repas à la maison pour couvrir leur consommation alimentaire du mardi
 - Le mercredi, ils prendront leurs repas en personne et rapporteront à la maison 2 jours de repas pour couvrir leur consommation alimentaire du jeudi et du vendredi.

Ressources

Décembre est le mois du bien-être émotionnel chez Uncommon!

Le bien-être émotionnel est la capacité de faire face aux défis de la vie, d'établir des relations positives avec les autres et d'encourager l'utilisation de capacités d'adaptation saines. Lorsque nous aidons nos élèves à apprendre le nom de leurs sentiments et comment les exprimer de manière appropriée, nous soutenons leur bien-être émotionnel. En pratiquant le bien-être émotionnel, nous réduisons notre stress, obtenons un sommeil de qualité, utilisons des capacités d'adaptation saines et choisissons une meilleure perspective de la vie!

- Voici quelques ressources pour vous aider, vous et votre famille, à pratiquer le mieux-être émotionnel!
- [Comment utiliser nos sens pour faire face](#), [Star Breathing](#), [La roue des émotions](#), [App My Life](#), [Headspace](#)

Aidez-nous à faire connaître Uncommon en encourageant vos voisins, amis et communauté à [s'inscrire](#) aujourd'hui!

Si quelqu'un vous a transféré ce mél, vous pouvez vous abonner à tous les méls futurs [ici](#).