

February Newsletter

Bernice Mathews Elementary School
<https://www.washoeschools.net/mathews>

MATHEWS ELEMENTARY **PICKY EATERS**



2/21/2024

3:00pm-4:30pm

This workshop is designed for parents of children who have difficulty getting their child to eat a variety of nutritional foods.



Participants will learn to increase the variety of foods, try new foods, and enjoy mealtimes with their child.

Free Interpretation in Spanish

Important Dates

Treat Days	Feb. 2 & 14
Royalty Dance	Feb. 9th
Student -Led Conference	Feb 12-16
No School President's Day	Feb. 19
Food Pantry	Mondays
Read with Me 9:30-9:45	Feb. 23
No School Teacher Professional Day	Feb.26

Please make sure to call the school when your child is absent 353-5950

Sensory Calming Activities provide sensory input and help to meet your child's sensory processing needs.

They can help your child to become calm, self-regulated and less fidgety. These sensory calming activities can also reduce your child's stress and anxiety.

Children with sensory processing difficulties benefit from sensory calming activities when they are feeling restless, angry or frustrated. They may also be helpful to prevent meltdowns. You can try providing a choice of activities and your child may even be able to select the activity that he or she needs in order to self-regulate.

1. Go for a walk
2. Use fidgets like koosh balls
3. Listen to calming music
4. Do some yoga
5. Sing ABC's

Royalty Dance Tickets

Tickets for the Royalty Dance may be purchased in the office. Cash only please.

\$10 ticket for dinner and dance

\$5 for just dance

\$10 for 8x10 printed family photo

Boletín de Febrero

Bernice Mathews Elementary School
<https://www.washoeschools.net/mathews>

PRIMARIA MATHEWS

QUISQUILLOSOS PARA COMER



2/21/2024

3:00pm-4:30pm

Este taller está diseñado para padres de niños que tienen dificultades para lograr que sus hijos coman una variedad de alimentos nutritivos.



Los participantes aprenderán a aumentar la variedad de alimentos, probar nuevos alimentos y disfrutar de las comidas con sus hijos.

Gratis Interpretación en español

Fechas Importantes

Días de Golosina	Feb. 2 & 14
Baile de la realeza	Feb. 9
Conferencias	Feb. 12 al 16
No escuela, Día de presidente	Feb. 19
Despensa de Comida	Cada Lunes
Le Conmigo 9:30-9:45	Feb. 23
No Escuela, día profesional	Feb. 26

Asegúrese de llamar a la escuela cuando su hijo este ausente 353-5950

Actividades de calma sensorial brindan información sensorial y ayudan a satisfacer las necesidades de procesamiento sensorial de su hijo.

Pueden ayudar a su hijo a calmarse, a autorregularse y a estar menos inquieto. Estas actividades sensoriales calmantes también pueden reducir el estrés y la ansiedad de su hijo.

Los niños con dificultades de procesamiento sensorial se benefician de las actividades sensoriales calmantes cuando se sienten inquietos, enojados o frustrados. También pueden ser útiles para prevenir crisis. Puede intentar ofrecerle una variedad de actividades y es posible que su hijo incluso pueda seleccionar la actividad que necesita para autorregularse.

1. Sal a caminar
2. Utilice elementos inquietos como pelotas koosh
3. Escuche música relajante.
4. Haz algo de yoga
5. Canta el ABC

Baile Escolar

Boletos para el Baile Escolar se pueden comprar en la oficina. Solo efectivo por favor.

\$10 Cena y Baile

\$5 Solo Baile

\$10 por foto familiar impresa de 8x10