

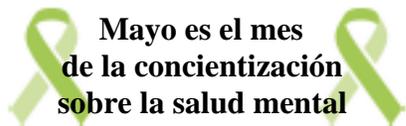
Center conecta

DISTRITO ESCOLAR UNIFICADO CENTER

¡Estamos aquí para ayudarlo!

El propósito de este boletín es conectar a las familias de Center con información y oportunidades que pueden ser de utilidad para apoyar el bienestar y el éxito de sus estudiantes.

RECURSOS - OPORTUNIDADES - BIENESTAR



Mayo es el mes de la concientización sobre la salud mental

- [¡La salud mental importa!](#)
- **Inscríbese gratuitamente:** [Día de la importancia de la salud mental](#)
- Usted no está solo en el tránsito de la salud mental. La comunidad de la [Alianza nacional por la salud mental](#) está para apoyarlo.
- En la escuela: los estudiantes pueden acudir a consejeros y asistentes sociales en busca de [apoyo adicional](#).

MAYO

Calendario de autoayuda

¡El [calendario de autoayuda de mayo](#) está aquí! ¡Recuerde demostrarse un poco de amor este mes!

Próximos eventos

-5/21/22-GRATUITO Festival de música y salud mental sin estigma y sin vergüenza - Plaza Cesar Chávez, 12 a 5 p.m.
sacramento365.com/event/no-stigma-no-shame-festival/

-7/27/22 ¡Feria de recursos de vuelta a la escuela del CJUSD! 4 a 6 p.m. en 3243 Center Court Lane, Antelope, CA 95843

Fechas importantes:

- 5/26/22 Último día de clases
- 5/31/22 al 6/30/22 (lunes a jueves únicamente) Escuela de verano del CJUSD
- 6/20/22 - Feriado del diecinueve. No hay escuela de verano
- 8/3/22 ¡Primer día de clases!



¡PRIMERA FERIA DE RECURSOS DE VUELTA A LA ESCUELA DEL CJUSD!

¡Marquen sus calendarios! ¡El 27 de julio de 2022, de 4 a 6 p.m. en 3243 Center Court Lane se llevará a cabo la primera feria de recursos de regreso a la escuela del Distrito escolar unificado Center (CJUSD)! ¡Venga y disfrute de comida, diversión familiar y recursos comunitarios para iniciar el año escolar 2022-2023! Habrá mochilas y útiles escolares disponibles solo para estudiantes del CJUSD. *Cantidades limitadas disponibles, por orden de llegada. Llame al 916- 338-6387 para obtener más información o si desea hacer una donación.

Para no atrasarse durante el verano

Estos son algunos recursos para evitar que sus hijos pierdan lo que aprendieron durante el año escolar.

- Cómo vencer el [atraso del verano](#): seguir aprendiendo durante todo el verano.
<https://blog.allaboutlearningpress.com/summer-slide/>
- ¡Las bibliotecas públicas de Sacramento ofrecen un [Programa de lectura de verano](#) en el que puede participar toda la familia! ¡Sume puntos mientras lee libros y gane algunos premios!



@centerunified_safe

Actividades locales de verano

- **Noches de natación en familia los viernes** - \$2 por persona en el complejo acuático Antelope. 7 a 8:30 p.m. el 6/10, 6/24, 7/22 y 8/5
- **Noche de cine y camión de comidas - Campo de los sueños** (Field of Dreams) en el Parque comunitario Antelope, 6/10 a las 5:00 p.m.
- **Festival del diecinueve de Sacramento** 6/17 a 6/19 en William Land Park
sacramento365.com/event/sacramento-juneteenth-festival-2/
- **Noche de cine en agosto - Luca** en Rusch Park, 8/13. Exposición de coches clásicos 3:30 a 7:30 p.m., camiones de comida 5 p.m., natación gratuita 5:30 a 7:30 p.m., la película comienza al anochecer.

Desafío de salud familiar en el verano



Con más sol y tiempo libre, el verano es un gran momento para desarrollar hábitos saludables con sus seres queridos. Revise este [Desafío familiar](#) del Departamento de Agricultura de EE. UU. ¿Su familia puede beber agua, comer frutas y vegetales, limitar el tiempo frente a la pantalla y ser activa? ¡Elijan una recompensa familiar juntos e inviertan en su salud este verano!