

Hola familias de Oquirrh,

Esta es Shauna Worthington, directora de la escuela primaria Oquirrh. Quería comunicarme personalmente para informarle que la Junta de Educación del Distrito Escolar de Jordan ha aprobado un cambio de director para nuestra escuela que comenzará el 1 de julio de 2023.

Estoy agradecido por la oportunidad de pasar unos meses más trabajando con usted, sus hijos y nuestro personal. He disfrutado mucho sirviendo a nuestra comunidad y siempre apreciaré las relaciones que he desarrollado aquí. Estoy muy orgulloso del trabajo que hemos logrado durante los últimos cinco años, especialmente porque hemos enfrentado juntos los muchos desafíos de una pandemia mundial. Sus hijos han sido una gran alegría en mi vida y sinceramente me encanta estar con ellos cada día. Gracias por compartirlos conmigo. ¡Creo que los extrañaré mayoría!

Pensé que le interesaría saber que comencé a trabajar en un doctorado en junio pasado y realmente disfruté la experiencia. Estoy aprendiendo mucho que espero beneficie a los estudiantes, las familias y el personal en los próximos años. La Junta de Educación del Distrito Escolar de Jordan me ha otorgado un año sabático que comenzará el 1 de julio de 2023 y me permitirá concentrarme en mis estudios. Cuando regrese de mi año sabático, se me asignará una nueva tarea administrativa.

Estoy muy emocionado de presentarles a la nueva directora de Oquirrh, Jennifer Ludlow. Tengo gran confianza en sus habilidades y sé que le encantará nuestra comunidad. Actualmente es la directora de la escuela primaria West Jordan, que cerrará sus puertas al final de este año escolar debido a problemas de seguridad en el edificio. Ella espera unirse a Oquirrh en julio y continuar con las muchas cosas maravillosas que están sucediendo aquí, al mismo tiempo que contribuye con sus talentos y habilidades únicas. Conozco a la Sra. Ludlow desde hace varios años y creo que realmente disfrutará trabajar con ella. ¡Ella también habla español!

Gracias nuevamente por su constante apoyo y aliento durante mi tiempo en Oquirrh. Por favor, hágame saber si tiene alguna pregunta o inquietud acerca de este próximo cambio. Tenga la seguridad de que permaneceré totalmente comprometido con nuestros estudiantes, familias y personal durante el resto de este año escolar. ¡Espero con ansias la diversión que tendremos juntos!

Lea el mensaje a continuación para obtener algunos recordatorios sobre el día de la salud y el bienestar de mañana.

Shauna Worthington
Principal
Primaria Oquirrh

estimados estudiantes/familias del distrito escolar de Jordan,
Como recordatorio, nuestra segunda edición anual **El Día de la Salud y el Bienestar es el viernes 10 de febrero de 2023** para empleados, estudiantes y familias. **Los estudiantes no asistirán a la escuela en persona ese día.**

El 10 de febrero, el Distrito proporcionará un plan de estudios de Salud y Bienestar K-12 en el hogar directamente a los padres y estudiantes para que los empleados puedan concentrarse en su propia Salud y Bienestar.

Lo invitamos a escuchar el último episodio del podcast "Supercast" del Superintendente que describe una opción de plan de lección del Día de Salud y Bienestar para los estudiantes.

- [Supercast Episode 178: A Parent's Guide to "Health and Wellness Day" Activities for Students](#)

¿Qué es el Día del Bienestar?

Una oportunidad para que los estudiantes y las familias de JSD prioricen su bienestar personal a través de actividades en el hogar. Todas las actividades se pueden encontrar en wellness.jordandistrict.org/resources. Las lecciones para cada nivel de grado, incluidas las lecciones modificadas para estudiantes con adaptaciones, se pueden encontrar en esta página. Por favor visita wellness.jordandistrict.org/resources para todo el contenido del Día del Bienestar.

Todas las actividades del Día del Bienestar utilizan el modelo SELFIE de la psicóloga escolar Casey Pehrson de JSD para el bienestar personal: sueño, ejercicio, luz, diversión, interacción y alimentación adecuada.

Acerca del método SELFIE

El Método SELFIE es un acrónimo de autocuidado y un poderoso arsenal contra la depresión. ¿Te sientes mal y quieres sentirte bien? ¿O te sientes bastante bien y quieres sentirte aún mejor? Toma una selfie. No importa dónde se encuentre en la "escala" de bienestar, este conjunto de herramientas de seis elementos lo ayudará a aumentar su energía, salud y felicidad un nivel (o varios).

Los estudiantes NO asistirán a la escuela este día y se les anima a trabajar con sus amigos y familiares para completar actividades de bienestar que apoyen su bienestar personal.

¡Tu búsqueda de bienestar te espera! Para revisar una lista de ideas y actividades para que pruebe su estudiante, visite nuestro [sitio web del día del bienestar](#).