

Forestville School

Viking Bulletin

October 14-18, 2019



The Viking School Motto:
Scholarship, Friendship, Leadership and Stewardship

Students and Staff: How will you demonstrate the attributes found in our school's motto each day? Start with practicing the Lifeskills and Viking Traits of **Resourcefulness**.

Resourcefulness: *noun* - The ability to find quick and clever ways to overcome difficulties.
"A resourceful person will always make opportunity fit his or her needs." - Napoleon Hill

Attendance Rates for September: School-wide Goal-97%

TK/K: 95.33%	5th: 92.72%
1st: 95.45%	6th: 95.57%
2nd: 98.64%	7th: 93.68%
3rd: 96.54%	8th: 93.93%
4th: 98.59%	**Overall School-wide Rate: 95.60%

This week's Kind, Safe and Responsible students:

TK/K - **Jonathan M.**
1st - **Emil R. & Keaton H.**
4th - **Samu L.**

Fall is in the air: We want to remind our students that all natural items, such as acorns, sticks, branches, rocks, etc. are to remain on the ground & not thrown or played with.

Middle School Dance:

Friday, October 18th from 6:00-8:00pm, Monte Rio is hosting our middle school dance. Students must have a permission slip signed before they can attend, rules that apply are included on this form. If you did not receive a permission slip or have any questions, please call our Middle School Office Manager, Ali @ 707-887-2279 ext. 3000

Dine & Donate:

Please join Mary's Pizza Shack in supporting Forestville School Yearbook at a Dine & Donate Fundraiser on **Wednesday, October 30, 2019**. Bring in our flyer to Mary's Pizza Shack in Sebastopol, 790 Gravenstein Hwy North and Mary's will donate 20% of Dine-in, Take out & Delivery orders, all day.

Walk & Roll to School:

Wednesday, **October 16th**, we encourage students to walk, roll or carpool to school. If you want to meet staff members downtown in front of the Forestville Pharmacy to earn a "walking participation ticket" and walk to school from there, prizes will be handed out once you reach school! We will continue our Walk & Roll on the 23rd of October!

Toolbox Tools for October:

Tool #3: Listening Tool. *I listen with my ears, eyes, and heart.* **Concept:** When we listen with our ears, our eyes, and our hearts, we become deep listeners who can "hear between the lines." Our ears bring us the words and intonation, our eyes bring us body language, gestures, and facial expressions, and our hearts bring us empathy-allowing us to walk in someone else's shoes. **Hand Gesture:** Use two fingers to gently tap behind one of your ears.

Tool #4: Personal Space Tool. *I have a right to my space and so do you.* **Concept:** Whether we feel safe or threatened, secure, or on our guard depends on how we experience others in relation to our personal boundaries. Every day, we experience the joy of sharing our personal space, as well as hurt or anger when that space is violated by unkind words or hurtful actions. By using our Personal Space Tool,

we come to appreciate the importance of respecting each other's physical, emotional, and social boundaries. **Hand Gesture:** Put your hands in front of you, palms facing outward, with the sides of your thumbs touching each other. Move hands away from each other, in a kind of curved motion to signify your personal space boundaries.

Viking Stewards: This week's Viking Stewards are:

- **Green Team Stewards:** Ehrlich & Haviland
- **Ball Cart Stewards:** Forsell & Andrews

TK-6 Grade Lunch Menu:

Monday - Bean & cheese quesadilla, coleslaw
Tuesday - Chicken bites & steamed corn
Wednesday - Pepperoni pizza & baby carrots
Thursday - Mini chicken corn dogs, chili citrus black beans & corn
Friday - Beef burger, chopped lettuce & sliced tomatoes w/ranch

7-8 Grade Lunch Menu:

Monday - Bean & cheese quesadilla, coleslaw
Tuesday - Mini burger or chicken sliders w/cucumbers
Wednesday - Pizza Varieties, pepperoni, cheese (v), chicken pesto w/veggie dippers
Thursday - Sweet & sour chicken over brown rice, w/1 fortune cookie
Friday - Hamburger (cheese) w/lettuce, tomato & pickles or veggie burger (v)

THIS WEEK'S SCHEDULE

Monday 10/14	Play Practice in the Audi, 3-5pm 6th Grade Girls Volleyball practice 3:15-4:45pm Cross Country practice 3:15-4:15pm
Tuesday 10/15	Staff Meeting 2:15pm in the Library 6th Grade Girls Volleyball game vs Willowside @ 4:30pm in the Multi
Wednesday 10/16	Walk & Roll to School Play Practice in the Audi, 3-5pm 6th Grade Flag Football game vs Windsor Middle School, 4:15pm 6th Grade Girls Volleyball practice 3:15-4:45pm
Thursday 10/17	Play Practice in the Audi, 3-5pm 6th Grade Girls Volleyball game @ Cali Calmecac 4:30pm
Friday 10/18	7/8th grade School Dance @ Monti Rio School 6-8pm 4th Grade SRTS Bike Rodeo Cross Country Meet @ Foothill Park in Windsor vs POCS, 4:30pm 7/8th Grade School Dance @ Monte Rio, 6:00-8:00pm

BUS SUPERVISION: Stacey - Behind Multi Diane - Crossing to Bus Chelsea - Loading Zones

Save the Dates:

Tuesday 10/22	FEF Meeting, 6pm in the Staff Room
Wednesday 10/23	College T-shirt Assembly @ Guerneville School, 3rd-5th Graders
Thursday 10/24	TK/K Field trip to the Pumpkin Patch
Wednesday 10/30	Dine & Donate Fundraiser @ Mary's Pizza Shack in Sebastopol
Thursday 10/31	Harvest Fair, Grades K-3
Friday 11/1	NO SCHOOL End of First Trimester

Forestville School

Viking Bulletin

October 14-18, 2019



El lema de la escuela vikinga:
Beca, Amistad, Liderazgo y Administración

Estudiantes y personal: ¿Cómo demostrarán los atributos que se encuentran en el lema de nuestra escuela cada día? Comienza practicando las habilidades de vida y los rasgos vikingos de **la ingeniosidad.**

Resourcefulness: sustantivo - La capacidad de encontrar formas rápidas e inteligentes de superar las dificultades.

"Una persona ingeniosa siempre hará que la oportunidad se adapte a sus necesidades." -
Napoleon Hill

Tasas de asistencia para septiembre: Objetivo en toda la escuela-97%

TK/K: 95,33% 5o: 92,72%

1o: 95,45% 6o: 95,57%

2o: 98,64% 7o: 93,68%

3o: 96,54% 8o: 93,93%

4o: 98.59% **Tasa general en toda la escuela: 95.60%

Estudiantes amables, seguros y responsables de esta semana:

TK/K - Jonathan M.

1o - Emil R. & Keaton H.

4o - Samu L.

El otoño está en el aire: Queremos recordar a nuestros estudiantes que todos los objetos naturales, como bellotas, palos, ramas, rocas, etc. deben permanecer en el suelo y no ser arrojados o jugados.

Baile de la Escuela Secundaria:

Viernes, 18 de octubre de 6:00-8:00pm, Monte Rio está organizando nuestro baile de la escuela media. Los estudiantes deben tener un permiso firmado antes de que puedan asistir, las reglas que se aplican se incluyen en este formulario. Si no recibió un permiso o tiene alguna pregunta, llame a nuestro Gerente de la Oficina de la Escuela Secundaria, Ali 707-887-2279 ext. 300009 ext.

Cena y Donación:

Por favor, únase a Mary's Pizza Shack en el apoyo a Forestville School Yearbook en un Dine & Donate Fundraiser el **miércoles 30 de octubre de 2019**. Traiga nuestro folleto a Mary's Pizza Shack en Sebastopol, 790 Gravenstein Hwy North y Mary's donará el 20% de los pedidos de Dine-in, Take out & Delivery, todo el día.

Caminar y rodar a la escuela:

Miércoles, 16 de **octubre**, animamos a los estudiantes a caminar, rodar o compartir coche a la escuela. Si desea reunirse con los miembros del personal en el centro de la ciudad frente a la farmacia Forestville para ganar un "entrada de participación a pie" y caminar a la escuela desde allí, los premios se repartirán una vez que llegue a la escuela! ¡Continuaremos nuestro Walk & Roll el 23 de octubre!

Herramientas de Toolbox para octubre:

#3 de la herramienta: Herramienta de escucha. *Escucho con mis oídos, ojos y corazón.* **Concepto:** Cuando escuchamos con nuestros oídos, nuestros ojos y nuestros corazones, nos convertimos en oyentes profundos que pueden "escuchar entre líneas". Nuestros oídos nos traen las palabras y la entonación, nuestros ojos nos traen lenguaje corporal, gestos y expresiones faciales, y nuestros corazones nos traen empatía, lo que nos permite caminar en los zapatos de otra persona. **Gesto de la mano:** Usa dos dedos para tocar suavemente detrás de una de tus orejas.

#4de la herramienta : Herramienta Espacio Personal. *Tengo derecho a mi espacio y tú también.*

Concepto: Si nos sentimos seguros o amenazados, seguros o en guardia depende de cómo experimentemos a los demás en relación con nuestros límites personales. Todos los días, experimentamos la alegría de compartir nuestro espacio personal, así como el daño o la ira cuando ese espacio es violado por palabras desagradables o acciones hirientes. Al usar nuestra Herramienta Espacio Personal, llegamos a apreciar la importancia de respetar los límites físicos, emocionales y sociales de los demás. **Gesto de la mano:** Pon las manos delante de ti, las palmas hacia afuera, con los lados de los pulgares tocándose entre sí. Aléjate unas de otras, en una especie de movimiento curvo para significar tus límites de espacio personal.

Viking Stewards: Los vikingos de esta semana son :

- **Green Team Stewards:** Ehrlich & Haviland
- **Administradores de carros**debolos : Forsell & Andrews

Menú de Almuerzo de Grado TK-6:

Lunes - quesadilla de bean y queso, ensalada de col

Martes - Mordeduras de pollo y maíz al vapor

Miércoles - Pizza Pepperoni y zanahorias bebé

Jueves - Mini perros de maíz de pollo, frijoles negros cítricos de chile y maíz

Viernes - Hamburguesa de ternera, lechuga picada y tomates en rodajas w/ranch

Menú de almuerzo de 7-8 grados:

Lunes - quesadilla de bean y queso, ensalada de col

Martes - Mini hamburguesa o pollo sliders con pepinos

Miércoles - Variedades de Pizza, pepperoni, queso (v), pesto de pollo con dippers vegetales

Jueves - Pollo agridulce sobre arroz integral, w/1 galleta de la fortuna

Viernes - Hamburguesa (queso) con lechuga, tomate y pepinillos o hamburguesa vegetariana (v)

HORARIO DE ESTA SEMANA

Lunes 10/14	_Práctica de juego en el Audi, 3-5pm 6o Grado Girls Volleyball práctica 3:15-4:45pm Práctica de Cross Country 3:15-4:15pm
Martes 10/15	Reunión del Personal 2:15pm en la Biblioteca 6th Grado Femenino Voleibol juego vs Willowside 4:30pm en el Multi
Miércoles 10/16	Caminar y rodar a la escuela Práctica de juego en el Audi, 3-5pm 6th Grade Flag Football game vs Windsor Middle School, 4:15pm 6o Grado Girls Volleyball práctica 3:15-4:45pm
Jueves 10/17	Práctica de Juego en el Audi, 3-5pm 6o Grado Femenino Devófilo de Voleibol de Cali Calmecac 4:30pm
Viernes 10/18	7/8o grado Baile Escolar - Escuela Monti Río 6-8pm 4o Grado SRTS Bike Rodeo Cross Country Meet - Foothill Park en Windsor vs POCS, 4:30pm 7/8th Grade School Dance - Monte Rio, 6:00-8:00pm

SUPERVISIÓN DE BUS: Stacey - Detrás de Multi Diane - Crossing to Bus **Chelsea** - Loading Zones

Guardar las fechas:

Martes 10/22 Reunión FEF, 6pm en la Sala del Personal

Miércoles 10/23 Asamblea de camisetas de la universidad - Guerneville School, 3er-5o Grado

Jueves 10/24 TK/K Viaje de campo al parche de calabaza

Miércoles 10/30 Cena y Dona fondos de recaudación de fondos - Mary's Pizza Shack en Sebastopol

Jueves 10/31 Feria de la Cosecha, Grados K-3

Viernes 11/1 NO ESCUELA

Fin del primer trimestre