



Sunday	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday
26	27	28	01	02	03	04
<b>Tolerance and Acceptance Month</b>						
05	06	07	08	09	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	01
02	03	04	05	06	07	08

**Tolerance and Acceptance Month**


**05** Help a family member with a chore.

**06** Brainstorm a list of powerful women. Why do you think they are most known for and why?

**07** Write or draw about a woman who was influential in your life.

**08** **International Women's Day- Wear purple to show your support.** [PBS IWD Video](#)

**09** What would our world look like if where everyone was equal? Draw a picture or write down your ideas. [#breakthebias](#)

**10** **District Unity Day** Wear your Brentwood Gear. 

**11** Take a power walk. As you are walking think of all of the reasons why you are strong.

**12** Talk face to face with a powerful woman in your family. Ask them if they have any words of advice to share with you.

**13** What do you know about Down Syndrome? Turn and Talk [Early Childhood- My Friend Has Down Syndrome](#) [What is Down Syndrome?](#)

**14** List 3 facts you learned about Down Syndrome [What is Down Syndrome? \(Older Students\)](#)

**15** Share 1 Take Away from the video [Just Like You- Down Syndrome](#)


**16** #GenerationG is a worldwide movement that goes beyond Down syndrome and sends a global message of acceptance for ALL! [Take the Pledge](#)

**17** **Superintendent's Conference Day** No School for Students **Get outside and move!**

**18** **World Sleep Day** Get a full night's sleep. [Get Enough Sleep](#)

**19** Make a healthy snack with your family. Don't have one? Try this: [Healthy Cookie Dough Hummus](#)

**20** **International Day of Happiness** Set 1 goal for a happy future.

**21**  **Rock Your Socks Day** Wear your craziest pair of socks to support Down Syndrome Awareness Day

**22** March is National Nutrition Month. Write or draw what you ate yesterday. Did you make healthy choices? [Healthy Eating Plate](#)

**23** [celebratemyplate](#) Challenge yourself to make one healthy eating change for the rest of this month.

**24** **Drink Water!** [Why we should choose water for healthy hydration.](#)

**25** Grounding with Nature Go outside, sit down in a comfortable place, close your eyes. What do you see, hear, smell, and touch. This calming technique centers your body.

**26** Mindful Eating [Mindful Eating Ideas](#)

**27** **Walk A Mile in My Shoes** Share something about yourself others might not know. (Can write or draw as well.)

**28** Discussion: What groups of students and people do you find at your school? Do you think cliques are good or bad?

**29** Discussion: When was a time you felt left out? When was a time someone went out of their way to include you. How did you feel each time?

**30** Make a new friend at lunch. How does speaking to someone new help you understand our uniqueness?

**31** Share your expertise with a peer. We are all great at something. Share with your class or peer.



**"We rise by lifting others."** Robert Ingersoll

[Teaching for Change- Building Tolerance](#)  
[Learning for Justice and Inclusivity](#)  
[Women's History Month](#)

[District Calendar- Check Out all the Events](#)  
[HS/ MS Sports Schedules- Support Brentwood Athletics](#)

March  
2023



[Enseñanza para el Cambio - Fomentando la Tolerancia](#)

[Aprendizaje para la justicia y la inclusión](#)




[Mes de la historia de la mujer](#)

[Calendario del Distrito - Échale un vistazo a todos los eventos](#)

[Horarios deportivos de las escuelas secundarias e intermedias - Apoya a los deportistas de Brentwood](#)

Marzo

2023

Domingo	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado
26	27	28	01	02	03	04
<b>Mes de tolerancia y aceptación</b>			Discutir: Hablar y compartir. Escritura rápida: ¿Qué es un cumplido? ¿Cómo te hace sentir después de recibirlo?	Dale a alguien que sientas que lo necesita. <a href="#">Ideas para hacer cumplidos</a>	Haga un cumplido a un amigo use una nota adhesiva o giren y hablen. <a href="#">Operación buenos amigos ideas para hacer cumplidos</a>	Dile a alguien en casa por qué lo quieres. 
05	06	07	08	09	10	11
Ayuda a un miembro de la familia con un oficio.	Hagan una lluvia de ideas sobre una lista de mujeres poderosas. ¿Por qué crees que son más conocidas y por qué?	Escribe o dibuja sobre a una mujer que fue influyente en tu vida.	<b>Día Internacional de la Mujer - Vístete de morado para mostrar tu apoyo. <a href="#">PBS IWD Video</a></b>	¿Cómo sería nuestro mundo si todos fueran iguales? Haz un dibujo o escribe tus ideas. <a href="#">#Tomperlosprejuicios</a>	<b>Día de la Unidad del Distrito</b> Usa tu ropa de Brentwood. 	Toma una caminata de poder. Mientras caminas, piensa en todas las razones por las que eres fuerte.
12	13	14	15	16	17	18
Habla cara a cara con una mujer poderosa de tu familia. Pregúntale si tiene algún consejo para compartir contigo.	¿Qué sabes sobre el Síndrome de Down? Habla y comparte <a href="#">Primera infancia: mi amigo tiene síndrome de Down ¿Qué es el Síndrome de Down?</a>	Enumera 3 datos que aprendiste sobre el síndrome de Down <a href="#">¿Qué es el Síndrome de Down? (Estudiantes Mayores)</a>	Compartir 1 cosa que aprendiste del video <a href="#">Igual que tú: síndrome de Down</a>	i#GenerationG es un movimiento mundial que va más allá del síndrome de Down y envía un mensaje global de aceptación para TODOS! <a href="#">Toma la promesa</a>	<b>Día de la Conferencias del Superintendente</b> <b>No hay escuela para estudiantes ¡Sal y muévete!</b>	<b>Día Mundial del Sueño Duerme toda la noche.</b> <a href="#">Dormir lo suficiente</a> 
19	20	21	22	23	24	25
Haz una merienda saludable con tu familia. ¿No tienes una? Prueba esta: <a href="#">Masa para galletas saludable con Hummus</a>	<b>Día Internacional de la Felicidad</b> Fíjate 1 meta para un futuro feliz.	 <b>Día de Rock de calcetines</b> Usa tu par de calcetines más locos para apoyar el Día de Concienciación sobre el Síndrome de Down	Marzo es el Mes Nacional de la Nutrición. Escribe o dibuja lo que comiste ayer. ¿Oñaste decisiones saludables? <a href="#">Plato de alimentación</a>	<a href="#">Celebra mi plato</a> Ponte a prueba para hacer un cambio de alimentación saludable durante el resto de este mes.	<b>¡Toma agua! Por qué debemos elegir el agua para una hidratación saludable.</b>	25 Conexión a tierra con la naturaleza Sal, siéntate en un lugar cómodo, cierra los ojos. Qué ves, oyes, hueles y tocas. Esta técnica calmante centra tu cuerpo.
26	27	28	29	30	31	01
Alimentación consciente <a href="#">Ideas de alimentación consciente</a>	<b>Camina una milla en mis zapatos</b> Comparte algo sobre ti que otros quizás no sepan. (También puedes escribir o dibujar).	Discusión: ¿Qué grupos de estudiantes y personas encuentras en tu escuela? ¿Crees que las pandillas son buenas o malas?	Discusión: ¿En qué momento te sentiste excluido? ¿Cuándo fue un momento en que alguien hizo todo lo posible para incluirte? ¿Cómo te sentiste cada vez?	Haz un nuevo amigo en el almuerzo. ¿Cómo te ayuda hablar con alguien nuevo a comprender nuestra singularidad?	Comparte tu experiencia con un compañero. Todos somos geniales en algo. Comparte con tu clase o compañero.	01
02	03	04	05	06	07	08

**"Nos elevamos levantando otros."** Robert Ingersoll

