

FORT MONTGOMERY ELEMENTARY SCHOOL

MARCH 2025 NEWSLETTER



Principal's Message

March has arrived, bringing with it warmer weather and an opportunity to celebrate both Mathematics and Women's History Month. I would like to share a quote that highlights the connection between the challenge of mathematics and the perseverance demonstrated by women throughout history: "Perseverance is failing 19 times and succeeding on the 20th." - Julie Andrews. I encourage you to continue supporting your children in overcoming obstacles, as success often requires multiple attempts.

As discussed during the Board of Education meeting in January, Mathematics is essential to our students' success. We will continue to embrace this theme with our Math Mondays and our upcoming Math Family Fun Night on March 25th. I also urge you to support your children with their math work at home, particularly by finding ways to relate mathematics to real-world experiences.

Last month, I had the privilege of attending the National ESEA Conference, where I participated in several sessions that enhanced my understanding as an educational leader and reinforced my commitment to support our students. One concept that stood out to me was, "Brains are built, not born." This idea serves as a reminder that as educators, parents, and community members, we play a crucial role in shaping children's development through our decisions, the experiences we create, and the attention we give to their individual needs.

I look forward to seeing you at the Science Fair, hosted by the PTP and Math Family Fun Night hosted by FMES.

Sincerely,
Ms. Rodriguez
Your Principal

THANK YOU PTP!

Please join us in celebrating and thanking the incredible group of parents who run our HFFM PTP! Our school community is enriched by the involvement and opportunities provided by the PTP. Many thanks to the board members and countless other parent volunteers that make so many events possible by giving their energy and time to our students and entire school community.

Monique Wolf - President
Priscilla Krawczyk - Vice President
Rachel Patterson - Treasurer
Krista Bilodeau - Secretary
Amy Jo Jones - Trustee
Tobey Delano - Trustee
Sally Wood - Trustee

thank you

Important Dates

March 3-23
Read for the New York Boulders Reading Challenge

March 3
PTP Meeting
6:30, HFIS Cafe

March 5
Parent-Teacher Conferences
Half Day for Students

March 6
Board of Education Meeting
6pm, JIO Library

March 7
Staff Professional Development
Half Day for Students

March 17
Superintendent Conference Day
No School for Students

March 18
PTP Science Fair
6:30-8:30pm, HFIS Cafe

March 20
Board of Education Meeting
6pm, JIO Library

March 25
Family Math Night
6-7pm, HFIS





HEALTH & WELLNESS

March is National Nutrition Month®

Food is a connecting factor for many of us. Food connects us to our cultures, our families and our friends. Sharing a meal is an opportunity to learn about its preparation, who made it and where the ingredients were sourced. Health, memories, traditions, seasons and access can all impact our relationship with food. While these factors influence the foods we eat, the foods we eat also affect our health. Below are some tips to think about throughout the month:

Connect with Food: Learn cooking, food preparation and meal planning skills, explore where your food comes from or learn about community resources such as SNAP, WIC and local food banks.

Connect with a Nutrition Expert: Ask your doctor for a referral to receive personalized nutrition information to meet your family's health goals.

Explore the Connection Between Food and Culture: Experiment with recipes using different ingredients or cooking techniques, include your favorite cultural foods and traditions or try new global flavors and enjoy your meals with family or friends.

Build the Connection Across All Stages of Life: Learn how nutrient needs may change with age, include healthful foods from all food groups and focus on balanced and sustainable eating habits.



Social-Emotional Learning & Mindfulness

Self-Control is one of the 24 Character Strengths highlighted in our Positivity Project curriculum. Self-control is the ability to manage emotions, behaviors, and thoughts in the face of challenges, helping us stay focused on long-term goals. It's about making choices that align with our values, even when it's difficult. Those with self-control are able to limit impulsive behavior. They have the ability to experience and navigate difficulty while remaining poised. Individuals with self-control can be described as disciplined, cool, calm and restrained. As we welcome the season of Spring and the excitement of warmer weather and more outdoor play, it's the perfect time to focus on reviewing the character strength of self-control with children. Continuously practicing mindfulness is a great way to remain calm and in control; meditating, yoga and nature walks are great ways of practicing mindfulness.



PTP CORNER

The PTP is excited for our annual Science Fair being held on March 18, from 6:30-8:30pm in the HFIS Cafeteria! All students Pre-K through 8th grade are welcome to sign up! The science fair is also open for all students to come and enjoy even if you don't host an experiment. So come out with the family and let's have fun. See dojo for the registration link and info.

We have Raider Spirit Blankets for sale at \$20 each and Castle Fun Cards (good for 2 hours of play) at \$43 each. Reach out to us at hffmptfk8@gmail.com for more information.



The Kids Heart Challenge is underway!

Each child will be coming home with a flyer that gives directions for participating in the fundraiser. By collecting donations, your children can help other kids with special hearts by having fun and learning how to keep their own hearts, bodies and brains healthy! Students can earn prizes for collecting donations. Last year was a very successful year- the students raised over \$5000! Thank you for your support! Please reach out to Mr. Grant if you have any questions.



ESCUELA PRIMARIA FORT MONTGOMERY

BOLETÍN INFORMATIVO DE MARZO DE 2025



Mensaje del director

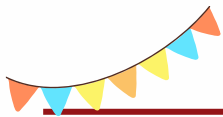
Ha llegado marzo, con un clima más cálido y la oportunidad de celebrar tanto el Mes de las Matemáticas como el Mes de la Historia de la Mujer. Me gustaría compartir una cita que resalta la conexión entre el desafío de las matemáticas y la perseverancia demostrada por las mujeres a lo largo de la historia: “La perseverancia es fallar 19 veces y tener éxito la 20”. - Julie Andrews. Los animo a que sigan apoyando a sus hijos para que superen los obstáculos, ya que el éxito a menudo requiere múltiples intentos.

Como se discutió durante la reunión de la Junta de Educación en enero, las matemáticas son esenciales para el éxito de nuestros estudiantes. Continuaremos adoptando este tema con nuestros Lunes de Matemáticas y nuestra próxima Noche Familiar de Diversión con Matemáticas el 25 de marzo. También los insto a que apoyen a sus hijos con su trabajo de matemáticas en casa, en particular encontrando formas de relacionar las matemáticas con experiencias del mundo real.

El mes pasado, tuve el privilegio de asistir a la Conferencia Nacional de ESEA, donde participé en varias sesiones que mejoraron mi comprensión como líder educativo y reforzaron mi compromiso de apoyar a nuestros estudiantes. Un concepto que me llamó la atención fue: “El cerebro se construye, no nace”. Esta idea sirve como recordatorio de que, como educadores, padres y miembros de la comunidad, desempeñamos un papel crucial en la configuración del desarrollo de los niños a través de nuestras decisiones, las experiencias que creamos y la atención que prestamos a sus necesidades individuales.

Espero verte en la Feria de Ciencias, organizada por PTP, y en la Noche de diversión familiar de matemáticas, organizada por FMES.

Atentamente,
Sra. Rodríguez Su Directora



¡GRACIAS PTP!

¡Únase a nosotros para celebrar y agradecer al increíble grupo de padres que dirigen nuestro PTP de HFFM! Nuestra comunidad escolar se enriquece con la participación y las oportunidades que brinda el PTP. Muchas gracias a los miembros de la junta y a otros innumerables padres voluntarios que hacen posibles tantos eventos al brindar su energía y tiempo a nuestros estudiantes y a toda la comunidad escolar.

Monique Wolf - Presidenta
Priscilla Krawcyk - Vicepresidenta
Rachel Patterson - Tesorera
Krista Bilodeau - Secretaria
Amy Jo Jones - Síndica
Tobey Delano - Síndica
Sally Wood - Síndica

gracias

Fechas importantes

3-23 de marzo
Desafío de lectura de New York Boulders

3 de marzo
Reunión del PTP
6:30, Café HFIS

5 de marzo
Conferencias de padres y maestros
Medio día para estudiantes

6 de marzo
Reunión de la Junta de Educación
6:00, Biblioteca JIO

7 de marzo
Medio día para estudiantes

17 de marzo
Día de la Conferencia del Superintendente
No hay clases para los estudiantes

18 de marzo
Feria de Ciencias
6:30-8:30, Cafetería HFIS

20 de marzo
Reunión de la Junta de Educación
6:00, Biblioteca JIO

25 de marzo
Noche de matemáticas en familia
6-7pm, HFIS





SALUD Y BIENESTAR

Marzo es el Mes Nacional de la Nutrición®

La comida es un factor de conexión para muchos de nosotros. Nos conecta con nuestras culturas, nuestras familias y nuestros amigos. Compartir una comida es una oportunidad para aprender sobre su preparación, quién la preparó y de dónde provienen los ingredientes. La salud, los recuerdos, las tradiciones, las estaciones y el acceso pueden influir en nuestra relación con la comida. Si bien estos factores influyen en los alimentos que comemos, estos también afectan nuestra salud. A continuación, se ofrecen algunos consejos para tener en cuenta durante el mes:

Conéctese con la comida: aprenda a cocinar, preparar alimentos y planificar comidas, explore de dónde proviene su comida o conozca recursos comunitarios como SNAP, WIC y bancos de alimentos locales.

Conéctese con un experto en nutrición: Pídale a su médico una referencia para recibir información nutricional personalizada para cumplir con los objetivos de salud de su familia.

Explora la conexión entre la comida y la cultura: experimenta con recetas utilizando diferentes ingredientes o técnicas de cocina, incluye tus comidas y tradiciones culturales favoritas o prueba nuevos sabores globales y disfruta de tus comidas con familiares o amigos.

Construya la conexión en todas las etapas de la vida: aprenda cómo las necesidades de nutrientes pueden cambiar con la edad, incluya alimentos saludables de todos los grupos de alimentos y concéntrese en hábitos alimentarios equilibrados y sostenibles.



Aprendizaje socioemocional y atención plena

El autocontrol es una de las 24 fortalezas de carácter que se destacan en nuestro programa de estudios del Proyecto de positividad. El autocontrol es la capacidad de manejar emociones, comportamientos y pensamientos frente a los desafíos, lo que nos ayuda a mantenernos enfocados en objetivos a largo plazo. Se trata de tomar decisiones que se alineen con nuestros valores, incluso cuando sea difícil. Quienes tienen autocontrol pueden limitar el comportamiento impulsivo. Tienen la capacidad de experimentar y navegar por las dificultades sin perder el equilibrio. Las personas con autocontrol pueden describirse como disciplinadas, tranquilas, calmadas y comedidas. A medida que damos la bienvenida a la temporada de primavera y la emoción del clima más cálido y más juegos al aire libre, es el momento perfecto para enfocarnos en revisar la fortaleza de carácter del autocontrol con los niños. Practicar la atención plena de manera continua es una excelente manera de mantener la calma y el control; la meditación, el yoga y las caminatas por la naturaleza son excelentes formas de practicar la atención plena.



RINCÓN PTP

El PTP está entusiasmado por nuestra Feria de Ciencias anual que se llevará a cabo el 18 de marzo, de 6:30 a 8:30 p. m. en la cafetería de HFIS. ¡Todos los estudiantes desde preescolar hasta octavo grado pueden inscribirse! La feria de ciencias también está abierta para que todos los estudiantes vengan y disfruten, incluso si no organizan un experimento. Así que vengan con la familia y divirtámonos. Visite dojo para obtener el enlace de inscripción y la información.

Tenemos mantas Raider Spirit a la venta a \$20 cada una y tarjetas Castle Fun (válidas para 2 horas de juego) a \$43 cada una. Comuníquese con nosotros a hffmptfk8@gmail.com para obtener más información.



¡El Kids Heart Challenge ya está en marcha!

Cada niño regresará a casa con un folleto con instrucciones para participar en la recaudación de fondos. Al recolectar donaciones, sus hijos pueden ayudar a otros niños con corazones especiales divirtiéndose y aprendiendo cómo mantener sus propios corazones, cuerpos y cerebros saludables. Los estudiantes pueden ganar premios por recolectar donaciones. El año pasado fue un año muy exitoso: ¡los estudiantes recaudaron más de \$5000! ¡Gracias por su apoyo! Comuníquese con el Sr. Grant si tiene alguna pregunta.

