

Reflexiones Rebeldes

El vapeo en los campus universitarios es un problema cada vez más preocupante. El vapeo entre los estudiantes de secundaria sigue siendo un grave motivo de preocupación, ya que datos recientes muestran que aproximadamente 1,6 millones de estudiantes de secundaria y bachillerato de EE. UU. declararon haber consumido cigarrillos electrónicos en 2024, y el 44 % de esos estudiantes vapeaban habitualmente. Resulta alarmante que los jóvenes que vapean nicotina sean igual de propensos a vapear THC, el compuesto psicoactivo del cannabis. Estas sustancias pueden afectar gravemente al desarrollo del cerebro adolescente, provocando problemas de memoria, atención y regulación del estado de ánimo, y aumentando el riesgo de adicción.

Los cigarrillos electrónicos suelen contener altas concentraciones de nicotina, a veces equivalentes a un paquete completo de cigarrillos, y los niveles de THC en los productos de cannabis modernos son significativamente más altos que en décadas anteriores. Los adolescentes expuestos al vapeo a una edad temprana son casi cuatro veces más propensos a fumar en la edad adulta, e incluso los estudiantes que no vapean pero que están expuestos al vapeo en el campus son dos veces más propensos a empezar.

Para combatir este problema, nuestra escuela ha instalado sensores Triton, dispositivos avanzados de detección de vapeo colocados estratégicamente en todo el campus. Estos sensores nos ayudan a identificar y responder a los incidentes de vapeo en tiempo real, reforzando nuestro compromiso con un entorno de aprendizaje seguro y saludable.

Consejos para los padres:

- **Inicie la conversación temprano.** Hable abiertamente sobre los riesgos del vapeo y el consumo de sustancias.
- **Esté atento a las señales.** Busque dispositivos tecnológicos desconocidos, olores afrutados o cambios en el comportamiento.
- **Establezca expectativas claras.** Establezca reglas y consecuencias en torno al consumo de sustancias.
- **Modele un comportamiento saludable.** No consuma tabaco y promueva el bienestar en el hogar.
- **Manténgase informado.** Infórmese sobre los nuevos productos y tendencias de vapeo para orientar mejor a su hijo adolescente.

Juntos, a través de la educación, la tecnología y sólidas alianzas con las familias, podemos proteger a nuestros estudiantes y promover una cultura de salud y seguridad.

Estoy aquí para servirles a ustedes y a nuestros estudiantes. Por favor, avísenme si hay algo en lo que pueda ayudarles a navegar por la escuela secundaria. Pueden comunicarse conmigo por teléfono al (909) 357-5800, extensión 10117, o por correo electrónico a barbara.kelley@fusd.net.

#WeAreABMillerRebels!
Dra. Barbara Kelley, Directora

Documentación anual que debe presentarse AHORA

Nos gustaría recordarles que el Acuerdo de uso aceptable para estudiantes (SAUA) debe entregarse lo antes posible. Una vez completado el Acuerdo de uso aceptable para estudiantes, su hijo tendrá acceso a Internet a través de su ordenador portátil en el instituto A.B. Miller High School. Tengan en cuenta que el proceso tardará al menos 24 horas desde que se complete el formulario.

Este año, el proceso se ha trasladado a Internet y ahora se puede acceder a él a través de Q Parent Connect y Parent Square, haga clic aquí: [Parent Portal](#) A continuación encontrará vídeos de YouTube que se han creado para ayudarle a completar el Acuerdo de uso aceptable para estudiantes y otros trámites anuales.

Vídeo explicativo: <https://vimeo.com/1101754536>

Si aún no lo ha hecho, le pedimos que complete este proceso lo antes posible, para garantizar que su estudiante no pierda el acceso a los programas curriculares y a sus computadoras portátiles.

Si necesita ayuda, acérquese a nuestro Centro para Padres o póngase en contacto con la Sra. Ruby Hernández para que le ayude. Estamos aquí para ayudarle a supervisar el progreso de sus hijos. Ella también puede ayudarle a obtener Parent Q Connect para supervisar el progreso académico de sus hijos en tiempo real.

Rincón de Asesoramiento

Consejos para ayudar a los estudiantes de secundaria a sacar buenas notas

Para tener éxito en la escuela secundaria se necesita algo más que asistir a clase: se requiere estrategia, disciplina y apoyo.

A continuación se ofrecen algunos consejos clave para ayudar a los estudiantes a prosperar académicamente:

Manténgase organizado: utilice agendas o herramientas digitales para realizar un seguimiento de las tareas, los exámenes y los plazos. Mantener un espacio de trabajo ordenado también ayuda a mantener la concentración.

Gestiona el tiempo de forma inteligente: divide las sesiones de estudio en partes manejables y evita estudiar todo a última hora. Prioriza las tareas y establece objetivos diarios.

Pide ayuda: No dudes en pedir ayuda a profesores, tutores o compañeros de clase. Comprender los conceptos pronto evita dificultades futuras.

Manténgase comprometido: participe en las discusiones en clase, tome notas y mantenga la curiosidad. El aprendizaje activo aumenta la retención y la comprensión.

Cuídate: El sueño, la nutrición y el ejercicio son esenciales. Un cuerpo sano sustenta una mente ágil.

Limita las distracciones: crea un ambiente propicio para el estudio minimizando el uso del teléfono y las redes sociales durante el tiempo de tarea.

Al desarrollar buenos hábitos y mantenerse proactivos, los estudiantes pueden desarrollar confianza y alcanzar el éxito académico.

Próximos eventos

- 1 de septiembre: NO HAY CLASES (Día del Trabajo)
- 3 de septiembre: Voleibol femenino contra Hesperia High School a partir de las 3:45 p. m.
- 4 de septiembre: Fútbol americano juvenil en Corona High School a partir de las 4:00 p. m.
- 4 de septiembre: Fútbol americano de primer y segundo año contra Corona High School a partir de las 3:45 p. m.
- 5 de septiembre: voleibol femenino en Redlands East Valley High School a partir de las 4:00 p. m.
- 5 de septiembre: fútbol americano universitario en Corona High School a partir de las 7:00 p. m.
- 5 de septiembre: finaliza el período de informes de progreso del primer trimestre.

Mensaje del Director Deportivo

Fontana A.B. Miller High School es una de las cuatro escuelas miembros que componen la Mountain Valley League.

Miller tiene equipos en 21 deportes masculinos, femeninos y mixtos en dos o tres niveles diferentes (Varsity, Junior Varsity y Freshman).

Para participar en un equipo, se requiere que cada estudiante atleta mantenga al menos un promedio de 2.0 puntos. Para ayudar a nuestros estudiantes atletas a obtener las calificaciones académicas necesarias, A.B. Miller dirige un programa de responsabilidad académica para sus estudiantes atletas. El miembro del personal que desarrolló y supervisa el programa es responsable de hacer un seguimiento de las calificaciones, ponerse en contacto con los padres, dar clases particulares y servir de enlace entre los alumnos deportistas, los profesores y los padres.

Si tiene alguna pregunta sobre atletismo, póngase en contacto conmigo en pfeimh@fusd.net o llámeme al (909) 357-5800, ext. 10114.

Michael Pfeiffer Jr.

Director deportivo

A.B. Miller Athletics utilizará GoFan para TODOS los partidos en casa para TODOS los niveles (Freshman, JV y Varsity). Muchos de nuestros oponentes también utilizarán GoFan para las competiciones fuera de casa. Por favor, utilice el código QR a continuación GoFan y comprar sus entradas.



Entrega y recogida

Los alumnos pueden entrar o salir de dos maneras por la mañana y al final de la jornada escolar.

Desde el lado de Cypress Avenue del campus, por favor entre al estacionamiento por la puerta norte cerca de las canchas de tenis. Proceda a dejar a su estudiante y salga por la puerta sur. Este estacionamiento es para los estudiantes también y se cierra 15 minutos después de que la escuela comience en la mañana y se abre 15 minutos antes del final del día escolar.

Desde el lado de Oleander Avenue del campus, por favor use la bajada hacia el norte. Por favor no se siente y estacione en la mañana, más bien baje y proceda hacia el norte hacia la Avenida Highland para asegurar que el tráfico siga fluyendo. Los alumnos deberán entrar o salir del campus por las puertas situadas entre la biblioteca y el edificio Q (edificio de dos plantas). Esta entrada estará abierta hasta las 8:40 AM.

Los estudiantes que lleguen después de que las puertas estén cerradas, deben dirigirse a la Oficina de Asistencia en el Estacionamiento de Oleander Avenue. Los estudiantes se registran utilizando nuestro sistema de pase electrónico en la Oficina de Asistencia y rápidamente proceden a clase, para minimizar las interrupciones en el aula y la pérdida de aprendizaje de sus estudiantes.

	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
English	Mrs. DeSart (S-5): 7:30-8 AM Mrs. Harbour (H-20): 7:45-8 AM Mr. Manuel (H-10): 3:30-4:30 PM	Mrs. DeSart (S-5): 7:30-8 AM Mrs. Harbour (H-20): 7:45-8 AM Mrs. Kennedy (H-6): 3:30-4:30 PM Mr. Manuel (H-10): 3:30-4:30 PM Mrs. Richier (H-16): 3:30-4:30 PM Mrs. Whyte (BC-3): By Appointment	Mrs. DeSart (S-5): 7:30-8 AM Mrs. Harbour (H-20): 7:45-8 AM	Mrs. DeSart (S-5): 7:30-8 AM Mrs. Harbour (H-20): 7:45-8 AM Mrs. Kennedy (H-6): 3:30-4:30 PM Mrs. Whyte (BC-3): By Appointment	Mrs. DeSart (S-5): 7:30-8 AM Mrs. Harbour (H-20): 7:45-8 AM Mrs. Kennedy (H-6): 3:30-4:30 PM Mrs. Whyte (BC-3): By Appointment
Math	Dr. Abba (M-8): 3:30-4:30 PM Mrs. Biroschak (M-18): 7:30-8 AM Mr. Biroschak (M-18): 3:30-4:30 PM Mrs. Chaudhary (M-7): 3:30-5 PM Mr. Kim (M-13): 3:30-4:30 PM Mr. Martinez (M-6): 7:30-8 AM Mrs. Martinez (M-6): 3:30-5 PM Mrs. Schlieff (M-11): 7:30-8 AM Mrs. Schlieff (M-11): 3:30-4 PM	Dr. Abba (M-8): 3:30-4:30 PM Mr. Biroschak (M-18): 7:30-8 AM Mr. Biroschak (M-18): 3:30-4:30 PM Mrs. Flores (M-12): 3:30-4:30 PM Mr. Martinez (M-6): 7:30-8 AM Mr. Martinez (M-6): 3:30-5 PM Mrs. Schlieff (M-11): 7:30-8 AM Mrs. Schlieff (M-11): 3:30-4 PM	Mr. Biroschak (M-18): 7:30-8 AM Mr. Martinez (M-6): 7:30-8 AM Mrs. Schlieff (M-11): 7:30-8 AM	Dr. Abba (M-8): 3:30-4:30 PM Mr. Biroschak (M-18): 7:30-8 AM Mr. Biroschak (M-18): 3:30-4:30 PM Mrs. Chaudhary (M-7): 3:30-5 PM Mrs. Flores (M-12): 3:30-4:30 PM Mr. Martinez (M-6): 7:30-8 AM Mrs. Schlieff (M-11): 7:30-8 AM Mrs. Schlieff (M-11): 3:30-4 PM	Dr. Abba (M-8): 3:30-4:30 PM Mr. Biroschak (M-18): 7:30-8 AM Mr. Kim (M-13): 3:30-4:30 PM Mr. Martinez (M-6): 7:30-8 AM Mr. Martinez (M-6): 3:30-5 PM Mrs. Schlieff (M-11): 7:30-8 AM
Science	Mrs. Dane (Q-110): 3:30-4:30 PM Mrs. Sander (Q-209): 7:30-8 AM Mrs. Ummandap (S-1): 3:35-4:35 PM Mrs. Dane (Q-110): 3:30-4:30 PM	Mr. Sander (Q-209): 7:30-8 AM Mrs. Ummandap (S-1): 3:35-4:35 PM Mr. Vamvakas (S-8): 3:30-4:30 PM	Mr. Sander (Q-209): 7:30-8 AM	Mr. Sander (Q-209): 7:30-8 AM Mrs. Ummandap (S-1): 3:35-4:35 Mr. Vamvakas (S-8): 3:30-4:30 PM	Mr. Sander (Q-209): 7:30-8 AM Mrs. Ummandap (S-1): 3:35-4:35 PM Mrs. Vamvakas (S-8): 3:30-4:30 PM
History	Ms. Newell (F-7): 3:30-4:30 PM	Ms. Newell (F-7): 3:30-4:30 PM		Ms. Newell (F-7): 3:30-4:30 PM	
Spanish	Dr. Acevedo (FL-6): 3:30-4 PM Mrs. Lopez-Gutierrez (FL-10): 3:30-4:30 PM	Dr. Acevedo (FL-6): 3:30-4 PM		Dr. Acevedo (FL-6): 3:30-4 PM Mrs. Lopez-Gutierrez (FL-10): 3:30-4:30 PM	Dr. Acevedo (FL-6): 3:30-4 PM