ROSEMEAD SCHOOL DISTRICT

SUPERINTENDENT D'AGOSTINO'S WEEKLY COMMUNIQUÉ

December 15, 2025 Issue № 49

Rest, Reading, and Reconnecting: Tips for a Healthy Winter Recess

Dear Rosemead Families and Community,

As we approach Winter Recess, this is an opportunity to reflect on the blessings we have been given and the opportunities and challenges ahead of us. Our district has many things that make it a destination for students and families: strong teachers, great administrators, and a supportive surrounding community. Our commitment is to continue to serve all students so they can achieve at the highest level possible.

I encourage all families and staff to view this time as an opportunity for students to rest, recharge, and reconnect. The weeks leading up to the break are often busy and demanding, and a pause from the daily school routine can be both healthy and necessary. Adequate rest helps students return refreshed and ready to learn, while unstructured time allows them to explore their interests, reflect, and simply enjoy being young. Take advantage of the holiday spirit to explore our community, attend a holiday event, or do what I do with my family: binge on holiday movies leading up to Christmas and the New Year!



The Winter Recess is also a wonderful time to nurture a love of reading. Whether it is reading independently, sharing a book together as a family, or listening to stories, reading helps students maintain essential literacy skills while also fostering imagination and curiosity. Student learning never takes a break... reading for even a few minutes each day can make a meaningful difference and keep learning active in an enjoyable, low-pressure way. One way to do this is to visit the local library and check out their large collection of holiday books!

I want you to know that I also believe that family time is also equally important during the break. Simple moments—shared meals, conversations, games, or walks—strengthen relationships and provide students with a sense of stability and belonging. These connections support students' social-emotional well-being and reinforce the partnership between home and school that is essential to their success. I hope you will spend time during the break doing things with your family.

Finally, while the break offers flexibility, maintaining basic routines can help students transition smoothly back to school. Consistent sleep schedules, balanced screen time, and regular reading or reflection help preserve healthy habits and reduce stress when classes resume. By balancing rest, connection, and light structure, we can ensure students return from Winter Recess feeling supported, confident, and ready for the learning ahead.

I will be in the office over the winter break, but not with any set schedule. If you experience any issues, you can always reach out to me on my cell: (626) 940-8835. I hope that you have a healthy, restful, and balanced winter break!

With deepest gratitude and hope,
Phil D'Agostino, Ed.D
Superintendent of Schools

ROSEMEAD SCHOOL DISTRICT

達戈斯蒂諾警長每週公報

2025年12月15日 第49期

休息、閱讀和與家人朋友重聚：健康冬日假期小貼士

親愛的羅斯米德學區家長和社區成員：

隨著寒假的臨近，我們有機會回顧過去所擁有的美好，並展望未來的機會與挑戰。我們學區擁有許多優勢，使其成為學生和家庭的理想選擇：優秀的教師、卓越的管理團隊以及充滿支持的社區。我們致力於繼續服務所有學生，幫助他們取得盡可能高的成就。

我鼓勵所有家長和教職員工將這段時間視為學生休息、充電和重新連結的良機。假期前的幾週通常忙碌而充實，因此暫時放下日常的學校生活，對學生的身心健康至關重要。充足的休息能幫助學生精神煥發地重返校園，做好學習準備；而自由支配的時間則能讓他們探索興趣、反思自我，盡情享受童年時光。不妨利用節日氣氛探索我們的社區，參加節日活動，或者像我一樣，和家人一起在聖誕節和新年到來之際，盡情觀看節日電影！

寒假也是培養孩子閱讀興趣的絕佳時機。無論是獨立閱讀、全家共讀，或是聆聽故事，閱讀都能幫助學生保持基本的讀寫能力，同時培養他們的想像和好奇心。學生的學習永不停歇……即使每天只閱讀幾分鐘，也能產生顯著的影響，讓學習以輕鬆愉快的方式持續進行。不妨去當地圖書館，借閱他們豐富的節慶主題書籍！

我想讓您知道，我也認為假期裡的家庭時光同樣重要。簡單的親子時光——一起吃飯、聊天、玩遊戲或散步——都能增進彼此的感情，讓學生感受到穩定和歸屬感。這些連結有助於學生的社交情緒健康，並強化家校合作，而這對他們的成功至關重要。我希望您能在假期中抽出時間陪伴家人。

最後，雖然假期提供了彈性，但保持基本的日常作息有助於學生順利過渡到新學期。規律的睡眠時間、適度的螢幕時間以及定期的閱讀或反思，都有助於保持健康的生活習慣，並在復課後減輕壓力。透過平衡休息、溝通和適度的作息安排，我們可以確保學生在寒假後帶著滿滿的成就感、自信和飽滿的熱情回歸校園，迎接新的學習挑戰。

寒假期間我會在辦公室，但沒有固定的辦公時間。如果您遇到任何問題，歡迎隨時撥打我的手機：(626) 940-8835。祝您有個健康、充實、平衡的寒假！

懷著最深切的感激與希望，

Phil D'Agostino, Ed.D

學校督察

ROSEMEAD SCHOOL DISTRICT

COMUNICADO SEMANAL DEL SUPERINTENDENTE D'AGOSTINO

15 de diciembre de 2025, Número 49

Descanso, lectura y reconexión: Consejos para unas vacaciones de invierno saludables.

Estimadas familias y comunidad de Rosemead:

Al acercarnos a las vacaciones de invierno, esta es una oportunidad para reflexionar sobre las bendiciones que hemos recibido y las oportunidades y desafíos que tenemos por delante. Nuestro distrito cuenta con muchos aspectos que lo convierten en un lugar ideal para estudiantes y familias: excelentes maestros, administradores competentes y una comunidad que nos apoya. Nuestro compromiso es continuar sirviendo a todos los estudiantes para que alcancen el máximo nivel posible.

Animo a todas las familias y al personal a que consideren este período como una oportunidad para que los estudiantes descansen, recarguen energías y se reconecten. Las semanas previas a las vacaciones suelen ser ajetreadas y exigentes, y una pausa en la rutina escolar diaria puede ser saludable y necesaria. Un descanso adecuado ayuda a los estudiantes a regresar renovados y listos para aprender, mientras que el tiempo libre les permite explorar sus intereses, reflexionar y simplemente disfrutar de su juventud. Aprovechen el espíritu navideño para explorar nuestra comunidad, asistir a algún evento festivo o hacer lo que yo hago con mi familia: ¡ver muchas películas navideñas antes de Navidad y Año Nuevo!

Las vacaciones de invierno también son un momento maravilloso para fomentar el amor por la lectura. Ya sea leyendo de forma independiente, compartiendo un libro en familia o escuchando cuentos, la lectura ayuda a los estudiantes a mantener habilidades de alfabetización esenciales, a la vez que fomenta la imaginación y la curiosidad. El aprendizaje de los estudiantes nunca se detiene... leer incluso unos pocos minutos al día puede marcar una diferencia significativa y mantener el aprendizaje activo de una manera agradable y sin presiones. Una forma de hacerlo es visitar la biblioteca local y explorar su amplia colección de libros navideños.

Quiero que sepan que también creo que el tiempo en familia es igualmente importante durante las vacaciones. Los momentos sencillos —comidas compartidas, conversaciones, juegos o paseos— fortalecen las relaciones y brindan a los estudiantes una sensación de estabilidad y pertenencia. Estas conexiones apoyan el bienestar socioemocional de los estudiantes y refuerzan la colaboración entre el hogar y la escuela, que es esencial para su éxito. Espero que aprovechen este tiempo para hacer cosas con su familia.

Finalmente, si bien las vacaciones ofrecen flexibilidad, mantener rutinas básicas puede ayudar a los estudiantes a regresar a la escuela sin problemas. Horarios de sueño constantes, tiempo de pantalla equilibrado y lectura o reflexión regular ayudan a mantener hábitos saludables y reducir el estrés cuando se reanudan las clases. Al equilibrar el descanso, la conexión y una estructura ligera, podemos garantizar que los estudiantes regresen de las vacaciones de invierno sintiéndose apoyados, seguros y listos para el aprendizaje que les espera. Estaré en la oficina durante las vacaciones de invierno, pero sin un horario fijo. Si tienen algún problema, pueden contactarme a mi teléfono móvil: (626) 940-8835. ¡Espero que disfruten de unas vacaciones de invierno saludables, relajantes y equilibradas!

Con profunda gratitud y esperanza,
Phil D'Agostino, Ed.D
Superintendente de escuelas

ROSEMEAD SCHOOL DISTRICT

THÔNG CÁO HÀNG TUẦN CỦA GIÁM ĐỐC D'AGOSTINO

Ngày 15 tháng 12 năm 2025, Số báo № 49

Nghỉ ngơi, đọc sách và kết nối lại: Những lời khuyến cho một kỳ nghỉ đông lành mạnh

Kính gửi các gia đình và cộng đồng Rosemead,

Khi kỳ nghỉ đông sắp đến, đây là cơ hội để chúng ta suy ngẫm về những điều tốt đẹp mà chúng ta đã nhận được và những cơ hội cũng như thách thức phía trước. Khu học chánh của chúng ta có nhiều điều khiến nơi đây trở thành điểm đến lý tưởng cho học sinh và gia đình: đội ngũ giáo viên giỏi, các nhà quản lý xuất sắc và cộng đồng xung quanh luôn hỗ trợ. Cam kết của chúng tôi là tiếp tục phục vụ tất cả học sinh để các em có thể đạt được thành tích cao nhất có thể.

Tôi khuyến khích tất cả các gia đình và nhân viên hãy xem thời gian này là cơ hội để học sinh nghỉ ngơi, nạp lại năng lượng và kết nối lại. Những tuần trước kỳ nghỉ thường bận rộn và căng thẳng, và việc tạm dừng khỏi thói quen học tập hàng ngày có thể vừa tốt cho sức khỏe vừa cần thiết. Nghỉ ngơi đầy đủ giúp học sinh trở lại trường với tinh thần sảng khoái và sẵn sàng học tập, trong khi thời gian không bị ràng buộc cho phép các em khám phá sở thích của mình, suy ngẫm và đơn giản là tận hưởng tuổi trẻ. Hãy tận dụng không khí lễ hội để khám phá cộng đồng của chúng ta, tham dự một sự kiện lễ hội hoặc làm những gì tôi thường làm với gia đình mình: xem thật nhiều phim về Giáng sinh và năm mới!

Kỳ nghỉ đông cũng là thời điểm tuyệt vời để nuôi dưỡng tình yêu đọc sách. Cho dù là đọc sách độc lập, cùng nhau đọc sách với gia đình hay nghe kể chuyện, đọc sách giúp học sinh duy trì các kỹ năng đọc viết cần thiết đồng thời nuôi dưỡng trí tưởng tượng và sự tò mò. Việc học tập của học sinh không bao giờ ngừng nghỉ... chỉ cần đọc vài phút mỗi ngày cũng có thể tạo ra sự khác biệt đáng kể và giúp việc học tập diễn ra một cách thú vị, không áp lực. Một cách để làm điều này là đến thư viện địa phương và mượn những cuốn sách về chủ đề lễ hội!

Tôi muốn các bạn biết rằng tôi cũng tin rằng thời gian dành cho gia đình cũng quan trọng không kém trong kỳ nghỉ. Những khoảnh khắc đơn giản – bữa ăn chung, trò chuyện, chơi trò chơi hoặc đi dạo – củng cố các mối quan hệ và mang lại cho học sinh cảm giác ổn định và thuộc về. Những kết nối này hỗ trợ sức khỏe tinh thần và cảm xúc của học sinh và củng cố mối quan hệ hợp tác giữa gia đình và nhà trường, điều cần thiết cho sự thành công của các em. Tôi hy vọng các bạn sẽ dành thời gian trong kỳ nghỉ để làm những việc cùng gia đình.

Cuối cùng, mặc dù kỳ nghỉ mang lại sự linh hoạt, việc duy trì các thói quen cơ bản có thể giúp học sinh chuyển tiếp trở lại trường học một cách suôn sẻ. Lịch trình ngủ nghỉ đều đặn, thời gian sử dụng thiết bị điện tử hợp lý và đọc sách hoặc suy ngẫm thường xuyên giúp duy trì những thói quen lành mạnh và giảm căng thẳng khi các lớp học bắt đầu lại. Bằng cách cân bằng giữa nghỉ ngơi, kết nối và cấu trúc nhẹ nhàng, chúng ta có thể đảm bảo học sinh trở lại trường sau kỳ nghỉ đông với cảm giác được hỗ trợ, tự tin và sẵn sàng cho việc học tập phía trước. Tôi sẽ có mặt tại văn phòng trong kỳ nghỉ đông, nhưng không theo lịch trình cố định nào cả. Nếu bạn gặp bất kỳ vấn đề gì, bạn luôn có thể liên hệ với tôi qua số điện thoại di động: (626) 940-8835. Tôi chúc bạn có một kỳ nghỉ đông khỏe mạnh, thư thái và cân bằng!

Với lòng biết ơn sâu sắc và hy vọng,
Phil D'Agostino, Ed.D
Tổng giám đốc trường học