



# EL KAHOK ACTUAL

Volumen 14, 2da Edición

Segundo Trimestre

## La Preparatoria de los Campeones Ruge al Segundo Trimestre

### Preparatoria de Collinsville

### “La Preparatoria de los Campeones”

Estimados Padres y Guardianes, hemos entrado al 2do trimestre en la Preparatoria de Collinsville y continuamos optimistas acerca de la “Preparatoria de los Campeones” a pesar de nuestras circunstancias extremadamente desafiantes. Nosotros estamos muy orgullosos y debemos de celebrar nuestro nivel record de fondos para becas recibidos por los graduados de CHS, así como nuestra favorable proporción de graduación. Podemos estar muy orgullosos y debemos de celebrar los esfuerzos humanitarios y de liderazgo de nuestros estudiantes y personal. De verdad tenemos una increíble comunidad escolar. Yo estoy muy orgulloso de ser un Kahok!

Desafortunadamente, nuestras calificaciones no son conmensuradas comparadas a las del año pasado a estas alturas. El hecho es de que tenemos menos “A” y substancialmente más “F”. Yo les estoy pidiendo respetuosamente a los estudiantes, personal y padres que reflexionen en esta tendencia actual. Yo les prometo que yo voy a continuar en reflexionar en mi rol en esta tendencia. Yo les aseguro que yo voy a esmerarme para apoyar mejor a nuestros estudiantes y personal. Podemos tomar la palabra y mejorar esta alarmante tendencia trabajando juntos. Nuestro personal esta trabajando diligentemente para comprometer a los estudiantes en oportunidades. Las maestras van a continuar “reinventando” su pedagogía y van a trabajar con los estudiantes en este “nuevo” escenario educacional. Yo estoy orgulloso de los esfuerzos hechos por tantos estudiantes y el per-

sonal, así como los sacrificios hechos por tantos padres. Sin embargo, es un hecho que cualquier estudiante que elija no participar en las actividades académicas diario (Lunes-Viernes) va a tener dificultad desempeñando el éxito académico.

Por favor sepa que su apoyo de padres es apreciado mientras nuestros estudiantes se preparan para su future. Yo espero que los maestros se comuniquen con los estudiantes de bajo rendimiento y sus padres. Además, Skyward proporciona una excelente oportunidad para monitorear el progreso de su hijo. Se espera que las maestras proporcionen retroalimentación oportuna y mantener las calificaciones al día. No dude en contactar a la maestra de su hijo si es que tiene alguna pregunta. Yo les recomiendo encarecidamente a los padres y guardianes que participen virtualmente en las Conferencias de Padres y Maestros Virtuales el 30 de Octubre y el 2 de Noviembre. CHS proporciona numerosos sistemas de apoyo. Matemática y Laboratorios de Idiomas del Mundo están disponibles durante la hora libre. El Centro de Escritura en CHS está disponible a lo largo del día de clases para ayuda en persona y entregas electrónicas. Sesiones de Tutoría Virtual (Inglés, matemáticas y ciencia) son actualmente proporcionadas después de clases los Miércoles y Jueves de las 3:00-4:00p.m. Por favor hable acerca

De estas oportunidades educacionales con su estudiante para maximizar el desempeño académico. Además se anima a los padres a contactar a el consejero respectivo en la escuela para ayuda en la planeación educacional. Para cerrar, yo estoy muy content de compartir los recientes destacamientos Kahok. America Gutierrez Trejo fue seleccionada para ejercer en el Consejo Asesor estudiantil en la Mesa Directiva del Estado de Illinois para el año escolar 2020-2021. Cariline Ientz fue nombrada Erudito al Mérito Nacional Elogiado 2021. La Sra. Heather Johnson, maestra de estudios sociales en CHS, recientemente se gano el premio al Servicio Meritorio de la Mesa de Educación del Estado de Illinois a través de su programa Aquellos que Sobresalen. Los mencionados logros anteriormente son indicativos de los excepcionales programas académicos, servicios de apoyo, y oportunidades extracurriculares proporcionadas por la Preparatoria de Collinsville. Por favor siga a CHS y otras escuelas en Facebook en <https://www.facebook.com/pages/Collinsville-Community-UnitSchool-District-10/114375208911675> o obtenga noticias diarias en [www.kahoks.org](http://www.kahoks.org) en el eslabon de CHS. VAMOS KAHOKS! David Snider @ DvdSnider, CHS Director

### Dentro de este número

Involucrate	2
Clubs y Actividades	3
Tutoría de Matemáticas	4
Consejo de Artes Hispanas	5
Tips para los Padres	6
Actualización de Atletismo	8
Departamento de Asesoría	9

## El Closet Kahok esta ABIERTO!

El Closet Kahok esta abierto! Si hay artículos que su estudiante necesita o que su familia necesite, siéntase con la libertad de solicitarlos del closet (es gratis). tenemos papel, lápices, plumas, así como jabón, shampoo y otros artículos para el baño. También tenemos algo de artículos de ropa, incluyendo abrigos, gorros y bufandas. Tenemos muchos artículos donados! ten tu inicio de session de CHS en la cuenta de Gmail de su escuela y haga clic en el eslabon en la parte de

abajo para ver los artículos disponibles y colocar una orden.

código QR:

Contacta a Mrs. Elliff en [celiff@cusd.kahoks.org](mailto:celiff@cusd.kahoks.org) o Ms. Gattuso en [rgattuso@cusd.kahoks.org](mailto:rgattuso@cusd.kahoks.org) si tienes alguna pregunta.

<https://forms.gle/kAtaWNEsXob9V3SD9> o escanea el



## La Importancia de Estar Involucrado en CHS

Por largo tiempo, las actividades de los estudiantes han sido un tema de quien fué primero la gallina o el huevo: Las actividades de los estudiantes mejoran el desempeño y al estudiante, o los estudiantes que tienen buen desempeño participan en actividades estudiantiles? Las implicaciones de este debate ha dejado a los interesados revueltos en respuestas,

Permitir X = de Actividades para los estudiantes, un programa desarrollado por la Alianza de Actividades para los Estudiantes en asociación con La Asociación de Directores de las Escuelas Secundarias, comprueba que las respuestas a ambas preguntas es un sí empático! Una rica y rigurosa, investigación revisada por compañeros indica que las actividades son la chispa que enciende la mejoría medible en el desempeño del estudiante. Los resultados son aún más pronunciados entre los estudiantes con previos GPA's bajos o preocupaciones de disciplina.

Los estudiantes han demostrado:

- \*Actividades escolares ayudan a el desempeño académico .
- \*Las actividades académicas reducen los riesgos de darse de baja.
- \*Las actividades estudiantiles conducen a éxito en la Universidad y carreras.
- \*Actividades estudiantiles construyen habilidades social y emocional.
- \*Las Actividades de los estudiantes establecen a hacer mejores elecciones y reducir el riesgo de los comportamientos .

Los estudios citados aquí representan solamente una fracción de los más de cien estudios que comprueban que cualquiera que sea el resultado de tu deseo, la participación en actividades de los estudiantes beneficia a los estudiantes en todos los niveles académicos y antecedentes,.

Aquí en CHS hay algo para todos! Porfavor anime a su hijo(a) a que se involucre!

Organization	Sponsor/Sponsor
Anime Club	<b>Mrs. Flannigan and Mrs. Thomas</b> Room 221
Art Club	<b>Mrs. Darlin</b> Rooms 513/514
Band Program	<b>Mr. Wright</b> Room 502
Baseball	<b>Mr. Swip</b> bswip@cusd.kahoks.org
Basketball (boys)	<b>Mr. Lee</b> Main Office
Basketball (girls)	<b>Mr. Colin Moore</b> Room 108
Black Student Union	Ms. Joanna Kelly Room Main Office
Book Club	<b>Mr. Neuber &amp; Ms. Tracey Schmidt</b> Room 301/Library
Bowling	<b>Mr. Hay</b> Room 125
Cheerleading	<b>Ms. Hassamear</b> Gym
Chess Club	<b>Mrs. Plagemann</b> Room 305
Chorus	<b>Ms. Buch</b> Room 508/519
Christians in Action	<b>Mr. Lugge</b> Room 209
Class of 2024	<b>Ms. Perry and Mrs. Lindauer</b> Room 206
Class of 2023	<b>Ms. Geisen &amp; Ms. Ponce</b> Room 203/ 226
Class of 2022	<b>Mrs. Fedorchak and Ms. Alexander</b> Main Office
Class of 2021	<b>Mrs. Martens and Mrs. Romoser</b> Room 306
Cross Country	<b>Mr. Frerker</b> Gym
CPR Club	<b>Mrs. Gresh</b> Room 517
Dance Team	<b>Mrs. Smith</b> Gym
Distributive Clubs of America(DECA)	<b>Ms. Ponce</b> Room 226
Drama Club	<b>Ms. Horst</b> Auditorium
Drum Line	<b>Mr. Arnold</b> Room 502
Fellowship of Christian Athletes (FCA)	<b>Mr. Lugge</b> Room Gym
Football	<b>Mr. Bevis</b> Gym
French Club	<b>Mrs. Blair</b> Room 227
Future Business Leaders of America (FBLA)	<b>Mrs. Reed</b> Room 230
Garden Club	<b>Mrs. Lobb</b> Gym
Gay/Straight Alliance (GSA)	<b>Mrs. Kulupka &amp; Mrs. Furlow</b> Rooms 320 & 211A
German Club	<b>Ms. Oatman</b> Room 215
German Honor Society	<b>Ms. Oatman</b> Room 215
Golf (boys)	<b>Mr. Moore</b> Room 109

Golf (girls)	<b>Mr. Schneider</b> <b>Email:</b> sschneider@cusd.kahoks.org
Gospel Choir	<b>Ms. Buch</b> Rooms 508/519
Health Occupations Student Association (HOSA)	<b>Mrs. Weggener</b> Room 219
Jazz Choir Ensemble	<b>Ms. Buch</b> Rooms 508/519
Junior Engineering Technical Society (JETS)	<b>Ms. Szpila</b> Room 128
Kahoki Newspaper	<b>Mrs. Westphal</b> Room 318
Kahokian Yearbook	<b>Ms. Geppert &amp; Ms. Fuhrhop</b> Rooms 154/155
Kahoks Against Drugs and Alcohol (KADA)	<b>Mrs. Gresh</b> Room 517
Kahok Ambassadors	<b>Mrs. Elliff &amp; Mr. Kee</b> Counseling Office
Kahoks on the GO!	<b>Mrs. Reed</b> Room 230
Kahok Sound Show Choir	<b>Ms. Buch</b> Rooms 508/519
KAHOKstrong	<b>Mr. Post and Ms. Geisen</b> Rooms 141/203
Key Club	<b>Ms. Schweppe</b> Room 137
Knitting Club	TBA
Latin Club	<b>Mr. Stark</b> Room 225
Latin Honor Society	<b>Mr. Stark</b> Room 225
LEO Club	<b>Ms. Gattuso</b> Room 142
Marching Band	<b>Mr. Wright</b> Room 502
Math Club – Mu Alpha Theta	<b>Ms. Tesdall</b> Room 220
Math Team	<b>Mr. Gottschalk</b> Room 314
Model United Nations	<b>Mrs. Lindauer</b> Room 206
Multicultural Kahoks Club	<b>Mrs. Lindauer</b> Room 206
National Arts Honor Society	<b>Ms. Darlin</b> Rooms 512/514
National Honor Society	<b>Mr. Neuber &amp; Ms. Reich</b> Rooms 302/120
National Technical Honor Society	<b>Ms. Geppert</b> Room 154
People Against Littering (PAL)	<b>Mr. Kemp &amp; Ms. Federico</b> Rooms 309/131
Pep Club	<b>Mrs. Hartle</b> Room 209
Quill & Scroll	<b>Ms. Westphal, Ms. Geppert &amp; Ms. Fuhrhop</b> Room 318/ 154
Robotics Club	<b>Mrs. Hankins</b> Room 137
Saturday Scholars	<b>Mr. Gordon</b> Room 218
Scholar Bowl Team	<b>Mr. Ashby</b> Room 204
Science Club	<b>Mrs. Szpila</b> Room 128
Science Olympiad	<b>Mrs. Szpila</b> Room 128

Skills USA	<b>Ms. Geppert</b> Room 154
Soccer	<b>Mr. Lugge</b> Room 209
Softball	<b>Mrs. Flowers</b> Room 200
Spanish Club	<b>Mrs. Barr &amp; Mrs. Kettler</b> Rooms 222/223
Spanish Honor Society	<b>Mrs. Barr</b> Room 222
Speech & Debate Team	<b>Ms. Lewis</b> Room 313
Speech & Dramatic Arts Club	<b>Ms. Darlin</b> Room 512
STEM Club	<b>Mrs. Bednara</b> Room 128
Student Council	<b>Mr. Gordon</b> Room 218
Swimming and Diving	<b>Mrs. Butler</b> margaretmath@hotmail.com
Table Tennis	<b>Mrs. Hankins</b> Room 134
Tennis	<b>Taylor Cox</b> Rooms 513/514
Thespian Society	<b>Ms. Darlin</b> Room 512
Track & Field (boys)	<b>Mr. Frecker</b> Gym
Track & Field (girls)	<b>Mr. Kee</b> Counseling Dept.
Tri M – Music Honor Society	<b>Mr. Arnold</b> Rooms 502
Video Game Club	<b>Mrs. Trapp and Mr. Stark</b> Counseling Dept. and Room 227
Volleyball	<b>Mrs. Hanger</b> Gym
Winter Guard	<b>Mr. Perigo</b> Rm. 502
Wrestling	<b>Mr. Joe Bevis</b> Gym
Writing Club	<b>Ms. Bruno</b> Room 303
Young Americans for Freedom	<b>Mr. Schusky</b> Room 201



## Tutoría de Matemáticas Disponible Durante la Hora Libre(Study Hall)



El Departamento de Matemáticas de la Preparatoria de Collinsville esta comprometida a proporcionar a todos los estudiantes con la oportunidad de recibir ayuda extra en sus cursos de matemáticas.

Si su hijo esta teniendo problemas o necesita un poco más de ayuda con las matemáticas, el puede tomar ventaja de las sesiones de tutoría disponibles durante el día de clases. La Tutoría se ofrece durante todas las horas libres (study hall) por las maestras en el departamento. Además, todas las maestras están disponibles antes de clases o pueden hacer una junta en google meet para ayudar a los estudiantes que tienen problemas. Haga que su hijo cheque con su maestra en como agendar ayuda extra.

El horario de tutoría para el año escolar 2020-2021

es:

### 3era Hora:

Sr. Nichols en Rm 317

### 4ta Hora:

Sr. Liljegren en Room 106 o Sr. Glynn en Rm 312

**5ta Hora:** Sra. Dust en Room 316 o

S. Blair en Rm 107

Los pases se pueden obtener con cualquier maestro de matemáticas O con la maestra de Study Hall de su hijo para ser parte del programa de tutoría.

También, tutoría esta disponible todos los Miércoles y Jueves de las 3pm a las 4pm remote por google meet. Usa el **Código de Clase 4vbflq** para reunirte al salon de clases en donde Código de la Junta aparece. Un maestro del departamento de matemáticas va a estar disponible durante esta hora.

Estas oportunidades de tutoría son un excelente recurso para los estudiantes que necesitan ayuda extra en matemáticas y nuestros maestros de matemáticas están esperando para ayudar a su hijo(a) en la manera que puedan. Asi que porfavor anime a si hijo(a) a tomar ventaja de estas excelentes oportunidades!





## HISPANIC ARTS COUNCIL OF ST. LOUIS

7316 LINDELL BLVD. APT A ST. LOUIS, MO 63130

### Universidad **YA!**/College **NOW!**

#### College Readiness & Access Program for Collinsville H.S.

Join ZOOM meeting with Virginia Braxs:  
Collinsville High School Talks

<https://wustl.zoom.us/j/95146831188>

**Thursdays 2:30-3:30 p.m.**

**Session 1-Thursday Oct. 1st -The ten steps roadmap to college.** How to be College Ready and how to prepare while in Junior & Senior years

**Session 2- Thursday Nov. 5th - Checklist to be college ready**  
Career & Non-Career Options. Choosing the right college -The College Admission Exam (SAT & ACT)

**Session 3-Thursday Dec. 3rd - How do I pay for college?** -Options for non U.S. citizen (colleges & financial aid) -Financial aid and private scholarships for low income/minority students -Making a financial plan to pay for college -Looking for scholarships -Opening an account and applying to FAFSA

**Session 4 - Thursday Jan 14 - College A to Z.** -College Credit, Major vs. Minor, Part time vs. Full time, living on or outside campus, etc. -Attending College Fairs -Questions to ask an Admission College Representative -Applying for college: due dates, waiving application fees and early admission.

**Session 5 - Thursday Feb 4 - Scholarship package application** -How to create your scholarship package to apply for scholarships and find scholarships that are right for you -The Common App -How to build academic vitas or resumes -The scholarship essay.

**Session 6 - Thursday March 4 - Topic to be announced.** © 2020 Hispanic Arts Council of St. Louis

President: Prof. M. Virginia Braxs  
Email: [hispanicartscouncilstl@gmail.com](mailto:hispanicartscouncilstl@gmail.com)  
Website: [www.hispanicartscouncilstl.org](http://www.hispanicartscouncilstl.org)  
Facebook: [www.facebook.com/hispanicartscouncilstl](http://www.facebook.com/hispanicartscouncilstl)  
Phone: 314-863-0570

## Tips de Crianza Positiva para los Adolescentes

Durante los años de la adolescencia, es un tiempo de cambios en como es que los adolescents piensan, sienten, e interactuan con los demás, y como es que su cuerpo crece. Durante este tiempo, su adolescente esta desarrollando su personalidad unicay opinions. Las relaciones con amigos aun son importantes, a pesar de que los adolescents tienen otros intereses que ellos desarrollan un sentido más claro de quienes son ellos. Esto también es importante para prepararse para más independencia y responsabilidad.

**Aquí hay algunos tips para usted, como padre, que pueden ayudarle durante este tiempo de adolescencia :**

- Muestre interes en la escuela de su hijo e intereses extracurriculares y animelos a que se involucren en las actividades como deportes, clubes, música, teatro, y arte.
- Anime a su hijo a voluntariar y que se involucre en actividades civicas en la comunidad.
- Haga elogios a su adolescente y celebre sus esfuerzos y logros.
- Muestre afecto a su adolescente. Pasen tiempo juntos hacienda cosas que disfruten.
- Respete la opinion de su adolescente. Escuche a su adolescente sin minimizer sus preocupaciones.
- Anime a su adolescente a desarrollar soluciones a problemas o conflictos. Ayude a su adolescente a aprender a hacer buenas decisions. Cree oportunidades para que ellos utilicen su propio juicio, y este disponible para asesorar y ayudar.
- Si su adolescente se compromete en el internet interactivo como juegos, salones de chats, y mensajes instantaneous, animelo a que haga buenas decisions acerca de lo que postea y de la cantidad de tiempo que pasa en estas actividades.
- Si su adolescente trabaja, utilice la oportunidad de hablar acerca de las expectativas, responsabilidades, y de otras maneras de comportarse respetuosamente en los escenarios públicos.
- Hable con su hijo y ayudelo a planificar con anticipación para situaciones dificiles e incómodas.
- Hable con su adolescente acerca de sus preocupaciones y preste atención de cualquier cambio en su comportamiento. Preguntele a su adolescente si él/ella ha tenido pensamientos de suicidio, particularmente si ellos parecen tristes o deprimidos. Preguntar acerca de pensamientos de suicidio no va a causar a los adolescents a tener estos pensamientos, pero los va a dejar saber como se sienten. Busque ayuda profesional si es necesario.
- Hable acerca de que puede hacer si están en un grupo y si alguien esta utilizando drogas o bajo presión de tener sexo, o si le ofrecen un paseo alguien que ha estado tomando .
- Respete la privacidad de su adolescente.
- Anime a su adolescente a que duerma lo suficiente y que haga ejercicio, que coma sano, y comidas balanceadas.
- Hable con su adolescente acerca de los peligros de las drogas, tomar, fumar y actividad sexual con riesgo. Preguntele a su adolescente que es lo que sabe y piense acerca de estos problemas, y comparta sus sentimientos con ellos. Escuche lo que su adolescente tiene que decir y conteste sus preguntas honestamente y directamente.
- Mantenga la television fuera de la recamara de su hijo.
- Conozca en donde esta su adolescente y si un adulto responsable esta presente. Haga planes con su adolescente acerca de cuando él le puede hablar, en donde lo puede encontrar y la hora en la que lo espera en casa/

Adaptado de: <https://www.cdc.gov/ncbddd/childdevelopment/positiveparenting/adolescence2.html>

Casi todos los adolescents quieren tener una Buena relación con sus padres y ser un buen oyente puede ayudar a construir un cimiento de confianza, respeto y cuidado. Usted puede escuchar cosas que le sorprendan a usted o usted puede descubrir algo de lo que su adolescente no se ha sentido cómodo de hablar. En estos momentos este Seguro de que no esta solo. Existen muchas agencias en la comunidad que están disponibles y apoyan a la familia. No dude en hablar con el doctor de su hijo, su compañía de Seguro o utilice agencias locales como United Way para tener acceso a recursos para ayudar a su adolescente y a su familia en <https://www.stl.unitedway.org/people-we-help/united-way-2-1-1/> or llamdo al 211. El Madison County Mental Health Board esta disponible para proporcionar información y referencias [http://www.co.madison.il.us/departments/mental\\_health/index.php](http://www.co.madison.il.us/departments/mental_health/index.php) o llamando al 618-877-0316. El St. Clair County Mental Health Board también tiene recursos en <http://stc708.org/resources/>. National Suicide Prevention Lifeline esta disponible las 24 horas al día para proporcionar apoyo confidencial y recursos en 800-273-8255. Con paciencia u comprensión, usted puede hacer de este tiempo de confusion en la vida de su hijo más fácil. Usted puede ayudar a construir flexibilidad en su adolescente proporcionando guía de una manera segura, de apoyo y positive.

# Conciencia de Salud Mental

Nosotros recomendamos tener conciencia de señales de peligro anticipada de enfermedad mental. Tener una combinación de síntomas (no solamente un síntoma) indica que alguien puede estar demostrando señales de una condición de salud mental. Este consciente de estos síntomas cuando duren más de unas cuantas semanas y que empiecen a afectar la escuela, trabajo, relaciones, o actividades de todos los días :

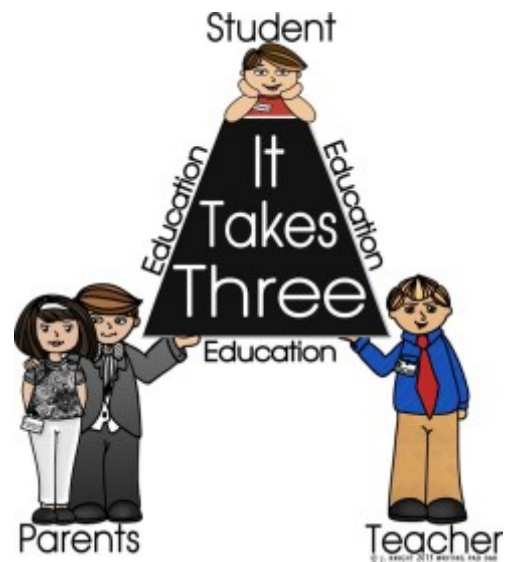
- Problemas con concentración, memoria, o capacidad de pensar claramente
- Cambios en la alimentación como pérdida del apetito o comer demasiado
- No ser capaz de terminar tareas de la escuela o del trabajo
- Sentirse demasiado preocupado
- Sentirse triste, vacío, sin esperanza, o sin valor
- Sensibilidad al sonido, vista, olfato o tacto
- Irritabilidad o intranquilidad
- Pérdida de interés en actividades que normalmente disfrutaba, retraerse de los demás, o desconexión
- Sentir como que tu cerebro te esta jugando trucos. Escuchar sonidos de que alguien toca en la Puerta, sonidos de rasguños, voces, o que dicen tu nombre. Ver cosas que otras personas no ven, como sombras, cambios en la luz, figuras
- Cambios en los niveles de energía y patrones de sueño. Seguido se va a dormir durante el día y estar despierto por la noche.

## Señales y Síntomas que Requieren Atención Inmediata:

- Pensamientos o planes de matar o lastimarse a uno mismo u otra persona
- Escuchar voces o ver cosas que nadie puede escuchar o ver
- Cambios inexplicables en el pensamiento, habla o escritura
- Estar demasiado sospechoso o con miedo
- Una caída seria en el desempeño en la escuela o en el trabajo
- Cambios de personalidad repentina que son extraños o fuera de carácter.

Si usted conoce a alguien en crisis, llame al 1-800-273-TALK (8255), vaya a la Sala de Emergencia local o llame al 911.

Adaptado de: <http://www.mentalhealthamerica.net/b4stage4-get-informed>



## Información del Anuario para los graduados 2021 seniors...

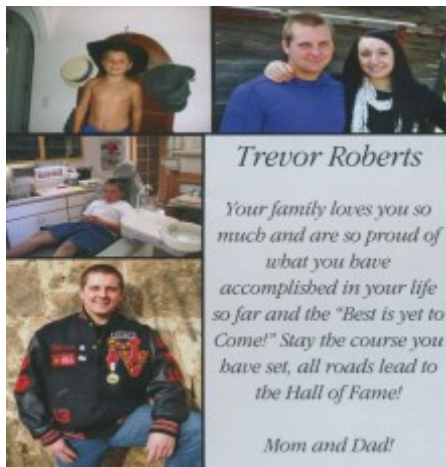
No olvides enviar tú fotografía de senior a [kahokian@cusd.kahoks.org](mailto:kahokian@cusd.kahoks.org) antes del 1ero de November.

Debe de ser entregada por el fotografo y ser de 3" x 3.5" con 300-resolución, jpg format.

El anuario no requiere fotografías que sean de cabeza y hombros solamente. El senior puede seleccionar una foto que represente su personalidad, mientras que sea apropiada para la escuela.

Contacte a Shawn Geppert al 618-346-6320 ext. 1226

O mande un correo electrónico a [kahokian@cusd.kahoks.org](mailto:kahokian@cusd.kahoks.org) si tiene alguna pregunta.



## Actualización del Departamento de Atletismo



La temporada de Atletismo de Invierno se aproxima rapidamente. El nuevo calendario de IHSA va a permitir a los estudiantes a participar en Basketball de Niñas y Niños, Lucha GrecoRomana Niños y Niñas, Boliche Niñas y Niños, Natación Niños, Danza de Competencia y Porristas de Competencia empezando el 16 de Noviembre. Los juegos y las competencias están agendadas para empezar el 30 de Noviembre. Todos los estudiantes atletas necesitan un examen físico actual archivado para empezar la practica. Usted puede encontrar actualizacines y contacto de los entrenadores en el Sitio en la red de Atletismo de CHS: <https://il.8to18.com/Collinsville>.



# Enfoque en el Departamento de Asesoría

## Seniors & Aplicaciones a Universidades

Es ahora el tiempo para los seniors que están planeando asistir a la Universidad o escuelas técnicas en el Otoño 2020 aplicar para las admisiones. Los estudiantes simplemente van al sitio en la red de la Universidad/ escuela técnica y hacen clic en "Apply" (Aplicar) y seguir las instrucciones de la aplicación. Los estudiantes también pueden buscar un eslabon en sitio de la red de aplicaciones para la Universidad. Después de aplicar, los estudiantes deben visitar el Sitio en la red del Departamento de Asesoría en CHS (en la parte de abajo) para terminar una forma de "Liberación del Expediente" para que su expediente oficial se mande a la Universidad/escuela técnica.

<https://sites.google.com/cusd.kahoks.org/chs-counseling-dept/transcript-requests>

## Ayuda Financiera & Becas

Los Seniors que están planeando asistir a la Universidad o escuela Técnica el otoño que viene van a tener que llenar el FAFSA (Aplicación Gratuita para Ayuda Federal para el estudiante por sus siglas en Inglés) lo antes posible. El FAFSA es utilizado por las universidades y escuelas técnicas para determinar la elegibilidad para los subsidies, oportunidades de trabajo-estudio y prestamos. Para obtener mayor información acerca de FAFSA visite: <https://fafsa.gov/>

Los Seniors también deben de considerar aplicar para becas. Recursos y eslabones al sitio en la red puede encontrarse en:

<https://sites.google.com/cusd.kahoks.org/chs-counseling-dept/scholarships>

## Inscripciones para las Clases del Año que Entra

Los freshmen actuales y los estudiantes de 10,º grado van a inscribirse para las clases del año que viene en Noviembre. A los estudiantes se les va a dar una Hoja de Trabajo para Inscribirse el 28 de Octubre en su clase de Inglés. Estas hojas de trabajo también se van a enviar a casa. La Hoja de Trabajo Terminada debe de entregarse de regreso a la maestra de Inglés de su hijo(a) en el Departamento de Asesoría antes del 19 y 20 de Noviembre. Nosotros recomendamos que usted visite nuestro sitio en la red en <https://counselors.cusd.kahoks.org> cuando haya terminado la hoja de inscripción. Una vez ahí haga clic en la pestaña de "Academics" en la parte izquierda de la pantalla. Bajo esta sección usted va a ver un folder llamado "Course Offering and Guía de & Registration Information" (Cursos que se ofrecen y Guía e Información de Inscripciones). En este folder usted va a encontrar recursos como Guía de Cursos que proporciona descripciones de los cursos hojas de trabajo y más. Si su estudiante tiene alguna otra pregunta acerca de clases de Inglés, Matemáticas o Ciencia en las que ellos deben de estar en el año que viene, ellos deben de hablar con sus respectivos maestros en el departamento. Los asesores van a estar en la biblioteca durante las horas de estudio reponiendo preguntas de inscripciones la semana antes de que la hoja de inscripciones se deba de entregar. Los juniors y los estudiantes de 8avo grado (inscribiéndose al 9º año) se van a anotar para las clases en Enero. Si usted tiene alguna otra pregunta acerca de los cursos para inscribirse, por favor contacte al Departamento de Asesoría al 346-6320 ext. 1137.

## Google Classroom

Para recibir actualizaciones del Departamento de Asesoría de CHS acerca de los programas, fechas límites importantes, etc. por favor anótese en Google Classroom añadiendo el eslabon apropiado:

Generación 2021- fltwjeh

Generación 2022- h6kbhyx

Generación 2023- 343fun4

Generación 2024- 3kxjdjc

**Para anotarse en nuestra Carta de Noticias visite:**

**<https://counselors.cusd.kahoks.org/newsletter-archive>**

# Futuros Profesionales de Salud

## *CHS HOSA!*

### *Pen Pal Program!!*



[This Photo](#) by Unknown Author is licensed

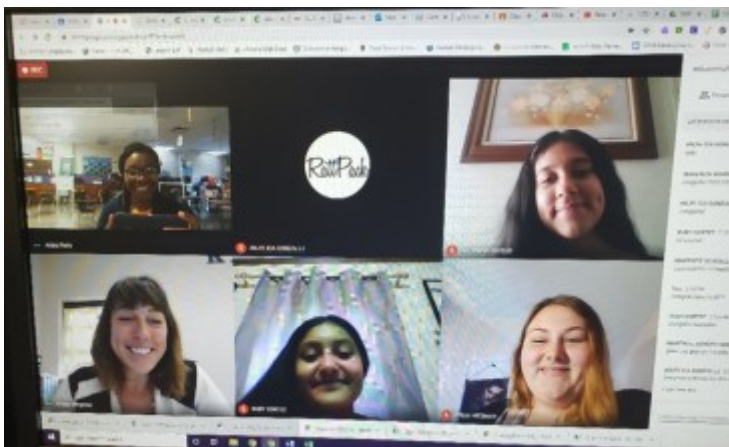
Durante estos tiempos difíciles es importante mantener conexión con los demás. Vamos a estar en Sociedad con algunos de los residentes en el Asilo y Rehabilitación de Caseyville con un Sistema de amigos por correspondencia! Los residentes y miembros de HOSA van a enviar cartas escritas a mano a cada uno

#### **Felicidades a los nuevos miembros de la Mesa Ejecutiva del 2020-2021 CHS HOSA !**

Gonzalez, Anjelica - Presidente  
Hall, JaylInn - Vice Presidente  
Cortez-Ortiz, Ruby – Secretaria  
Mesnier, Rylee – Tesorera  
Sotelo, Julianna – Historiadora  
Evans, Rachel – Portadora de la Bandera

#### **Bienvenidos 2020-2021 miembros CHS HOSA!**

Armstrong, Noel  
Barajas, Amanda  
Brissenden, Sophia  
Cortez-Ortiz, Ruby -  
Dalluge, Anna-Marie  
Dickey, Abby  
Evans, Rachel  
Fabian, Angel  
Gassman, Amber  
Gonzalez, Anjelica  
Vasquez, Nayeli  
Hall, JaylInn  
Hall, MyKeyla  
Herman, Alyssa  
Holliday, Natalie  
Johnson, McKenzie  
Mesnier, Rylee  
Ortega, Yarisbeth  
Pfeffer, Rachel  
Rivera, Jazmine  
Schoellman, Makenzie  
Sotelo, Julianna  
Vanfossen, Gracie  
Ward, Zoey  
Webb, Danielle  
Williams, Ija'Nae





## What you need to know about vaping?

Vaping is the inhaling and exhaling of aerosol from a vaporizer or e-cigarette device. E-cigarettes and vaporizers typically use a battery-supplied electric current that passes through a metal coil to create the aerosol or vapor. The aerosol is a mix of vaporized liquid which can contain nicotine, flavors and other chemicals. Hash oil or other THC extracts can also be vaped. THC is the chemical compound in marijuana that produces the high. There are hundreds of different e-cigarette brands currently on the market with a variety of colors and devices. They can resemble traditional tobacco cigarettes, cigar, or pipes, or even pens or a flash drive.



### Teen use

With over 7,000 different flavors for vaping liquids including gummy bear, cotton candy, and tutti frutti, it is not surprising it has become popular among teens. In the 2017 Monitoring the Future Study, nearly one in three 12th graders reported using a vaping device in the past year.<sup>1</sup>

Vaping is marketed as a safer alternative to cigarettes and since e-cigarettes do not contain tobacco, people (especially teens) are under the assumption they are safe.

**1 in 3** 12th graders reported using a vaping device in the past year

### Harmful to teens

In a recent study, researchers at the Bloomberg School of Public Health at Johns Hopkins University found e-cigarettes can potentially release significant amount of toxic metals in its vapors. Scientists discovered a number of e-cigarettes released vapors with potentially unsafe levels of lead, chromium, manganese, and/or nickel. "Chronic inhalation of these metals has been linked to lung, liver, immune, cardiovascular and brain damage, and even cancers."

Toxic chemicals, including an ingredient used in antifreeze and formaldehyde have been found in the vape liquids.

Some studies indicate that the teens who likely would not have smoked regular cigarettes are using e-cigarettes. Also teens that vape are six times more likely to begin smoking in the future than teens who have never vaped.<sup>2</sup>



many unsafe toxic metals released with e-cigarettes



# Collinsville Community Unit School District 10

201 West Clay Street • Collinsville, IL 62234 • 618-346-6350 • fax 618-343-3673

## COVID-19 Daily Student Certification Checklist

### INSTRUCTIONS

- In accordance with the Illinois Department of Public Health and Illinois State Board of Education requirements, students must be screened **each day** for COVID-19 symptoms and other criteria prior to entering a school building or entering a school bus.
  - Parents must screen their child **each day** prior to sending their child to school.
  - If your child does not meet all the following criteria, you must keep your child at home and notify the school of your child's absence. Your child will not be permitted to return to school until he/she meets all return-to school criteria or your child's physician has released your child to return to school, whichever is applicable. If your child is experiencing COVID-19 symptoms, you should consult your health care provider for a diagnosis and treatment. Your child will not be permitted to return to in-person instruction until you submit a statement from your child's physician confirming your child is permitted to return to school.
  - Note: If your child previously tested positive for COVID-19 in the last three months, and recovered, you do not need to answer the questions marked with a "♦". The three month period is calculated from the date of your child's first onset of symptoms or, if your child was asymptomatic, the date the testing specimen was collected.
- During any period of time your child is not attending school, you child will be enrolled in remote instruction.  
**By sending your child to school, you are certifying you have screened your child and he/she meets all the following criteria to attend school.**

### Criteria to Attend School – Checked Daily

My child does not have a temperature of 100.0 degrees F or greater.

My child is not taking fever-reducing medicines, such as those that contain aspirin, ibuprofen or acetaminophen, in order to reduce his/her fever.

My child has not had close contact or cared for someone with COVID-19 within the past 14 days.

My child has not returned from travel outside the United States or on a cruise ship or river boat within the past 14 days.

My child has not been directed to self-quarantine by a health care provider.

My child has not been directed to self-quarantine by the County or State Department of Public Health.

No one within my child's household is currently being evaluated for COVID-19 symptoms or waiting on the results of a COVID-19 test.

My child does not have any of the following symptoms:

- Chills
- Cough
- Shortness of breath or difficulty breathing
- Fatigue
- Muscle or body aches
- Headache
- New loss of taste or smell
- Sore Throat
- Congestion or runny nose
- Nausea
- Vomiting
- Diarrhea





## Collinsville Community Unit School District 10

201 West Clay Street • Collinsville, IL 62234 • 618-346-6350 • fax 618-343-3673

### Lista de verificación de certificación de registro COVID-19

#### INSTRUCCIONES

• De acuerdo con los requisitos del Departamento de Salud Pública de Illinois y la Junta de Educación del Estado de Illinois, los estudiantes deben ser evaluados todos los días para detectar síntomas de COVID-19 y otros criterios antes de ingresar a un edificio escolar o subir a un autobús escolar.

• Los padres deben evaluar a su hijo todos los días antes de enviarlo a la escuela.

o Si su hijo no cumple con todos los siguientes criterios, debe mantener a su hijo en casa y notificar a la escuela de la ausencia de su hijo. A su hijo no se le permitirá regresar a la escuela hasta que cumpla con todos los criterios de regreso a la escuela o el médico de su hijo haya dado de alta a su hijo para que regrese a la escuela, según corresponda. Si su hijo tiene síntomas de COVID-19, debe consultar a su proveedor de atención médica para obtener un diagnóstico y tratamiento. A su hijo no se le permitirá regresar a la instrucción en persona hasta que presente una declaración del médico de su hijo confirmando que se le permite regresar a la escuela.

o Nota: Si su hijo dio positivo a COVID-19 en los últimos tres meses y se recuperó, no es necesario que responda las preguntas marcadas con una "♦". El período de tres meses se calcula a partir de la fecha de la primera aparición de los síntomas de su hijo o, si su hijo estaba asintomático, la fecha en que se tomó la muestra de prueba.

Durante cualquier período de tiempo que su hijo no asista a la escuela, su hijo será inscrito en instrucción remota.

Al enviar a su hijo a la escuela, está certificando que ha examinado a su hijo y que cumple con todos los siguientes criterios para asistir a la escuela.

#### Criterios para asistir a la escuela: revisados diariamente

Mi hijo no tiene una temperatura de 100.0 grados F o más.

Mi hijo no está tomando medicamentos para bajar la fiebre, como los que contienen aspirina, ibuprofeno o acetaminofén, para reducir la fiebre.

Mi hijo no ha tenido contacto cercano ni ha cuidado a alguien con COVID-19 en los últimos 14 días.

Mi hijo no ha regresado de un viaje fuera de los Estados Unidos o en un crucero o barco fluvial en los últimos 14 días.

Un proveedor de atención médica no le ha indicado a mi hijo que se ponga en cuarentena.

El Departamento de Salud Pública del Condado o del Estado no le ha indicado a mi hijo que se ponga en cuarentena.

Nadie en el hogar de mi hijo está siendo evaluado actualmente para detectar síntomas de COVID-19 ni está esperando los resultados de una prueba de COVID-19.

Mi hijo no presenta ninguno de los siguientes síntomas:

- escalofríos
- Tos
- Falta de aliento o dificultad para respirar
- fatiga
- Dolores musculares o corporales.
- Dolor de cabeza
- Nueva pérdida de sabor u olfato
- Dolor de garganta
- Congestión o secreción nasal
- Náuseas o vómitos
- Diarrea
- escalofríos

## **2020-21 TUTORING & HOMEWORK HELP**

**If you are feeling lost or have questions, try these steps:**

1. Contact your teacher for help
2. Create a study group with friends in the same subject or class
3. Use the Tutoring Resources listed below

### **CHS Teacher/Peer Tutoring**

Available Virtually

### **Need Math Help????**

Lunch/Study Math Tutors  
3rd: Mr. Nichols, Room 317  
4th: Mr. Glynn, Room 312  
4th: Mr. Liljegren, Room 106  
5th: Mr. Blair, Room 107  
5th: Mrs. Dust, Room 316

### **Need Writing Help????**

To connect with a Writing Center instructor, join our Classroom page using the code

**epoz4x7**

Once you have joined the Writing Center Classroom you will find multiple ways to connect with the Writing Center staff to have your work reviewed.

**Please allow at least TWO DAYS prior to the due date for review.**

### **Need World Language Help???**

When we are in person at CHS contact your World Language teacher for a pass to receive tutoring during your study hall. If we are remote, email your teacher to ask your questions.

### **Need Library Resources Help???**

Check out the library website for information on checking out books (audio, ebooks and paper), obtaining a study hall pass, using online databases, seeing our contact information and more.

<https://sites.google.com/a/cusd.kahoks.org/chs-library-media-center/Home>

### **Need Tutoring in the Community:**

#### **SIUE Homework Hotline**

Available from Sunday-Thursday from 6-10 p.m. Just call 618-650-3072

# CHS REMOTE Tutoring

9th -12th Grade

**Math**  
**Class Code:**  
**4vbfllq**  
**Wed & Thur**  
**3 - 4 pm**

**Science**  
**Class Code:**  
**i7tzt36**  
**Wed & Thur**  
**3 - 4pm**

**English**  
**Class Code:**  
**yceok4p**  
**Wed & Thur**  
**3 - 4pm**

**SAT Prep**  
**(Seniors only)**  
**Class Code: fltwjeh**  
**Mon - Thur**  
**3:00pm - 4:00pm**

**Accept Invite in Google Class Room**

