

A Message From BUSD School Counselors:

Thank you Bishop Unified families for stepping up to keep our community safe during this unique and difficult time. The decision to close school was made in accordance with recommendations from state and local leaders, and with the conviction that what we do over the next few weeks will have a major impact on the path of the coronavirus. We want to give you some guidance on how to help your children adjust to the school closure.

When you talk about this with your child, consider the importance of doing so in ways that don't cause fear or add to stress. We have closed schools because **by working together, we can stop the spread of germs**. Together, by making some relatively simple changes in behavior, we can keep our community safer and healthier. Let your children know that by staying away from others, they are doing an important service to more vulnerable community members. They are acting responsibly, respectfully and safely.



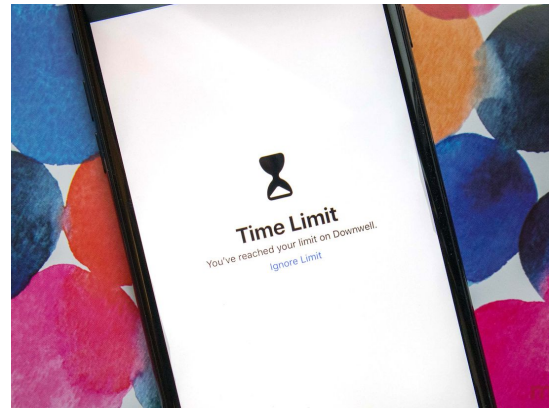
“Social distancing” is our mission. The less interaction we have with each other, the less the disease spreads. Closing school is an extreme measure. Let's not work against ourselves by having high levels of social interaction in the community and in people's homes. Early and aggressive social distancing will reduce the spread of the virus.



Our kids thrive on predictability and routine. Life will be easier for all if you set up a schedule that involves regular times for eating, school work (a few hours a day at most), reading, outdoor play (six feet apart from others), academic time on electronics, bathing and bedtime. Have your kids help establish a certain place to study. There is room for flexibility but maintaining structure and flow to the day is important.



You can reduce your children’s anxiety by managing your own. Limit everyone’s exposure to the 24 hour news cycle. It’s scary for kids. Be aware of what adults say around your child and how they might interpret it. There is no need to make our kids fearful, but give them age appropriate, factual information. Teaching your children what they can do to prevent infection, gives them a sense of control, which helps reduce anxiety.



Thank you for doing your part, and praise your children for following safety guidelines. If we are committed and diligent in our actions now, we will be part of a worldwide effort to take aggressive steps before they might seem necessary. Although uncertainty is a fact of life, take comfort in knowing that our Bishop Unified community is strong, connected and committed to each other's health and well being.



For more comprehensive information see:

[Explaining COVID-19 to kids](#) and [Talking to Children About COVID-19 \(Coronavirus\): A Parent Resource](#)

Please contact us with questions or concerns,

TK-5 Jean Sprague at jsprague@bishopschools.org

6-8 Linda Sandoval at lsandoval@bishopschools.org

9-12 Kathleen Stout at kstout@bishopschools.org

Un Mensaje De Las Consejeras De BUSD:

Gracias a las familias estimadas de Bishop Unified por dar un paso adelante para mantener a nuestra comunidad segura durante este momento raro y difícil. La decisión de cerrar la escuela se tomó de acuerdo con las recomendaciones de los expertos estatales y locales, y entendiendo que lo que hagamos en las próximas semanas tendrá un gran impacto en el camino del coronavirus. Queremos darle una guía sobre cómo ayudar a sus hijos a adaptarse al cierre de la escuela.

Cuando hable de esto con su hijo, tenga en cuenta la importancia de hacerlo de manera que no le cause miedo ni aumente el estrés. Hemos cerrado escuelas porque **al trabajar juntos, podemos detener la propagación de gérmenes.**

Juntos, al hacer algunos cambios relativamente simples en el comportamiento, podemos mantener nuestra comunidad más segura y saludable. Hágales saber a sus hijos que al mantenerse alejados de los demás, están prestando un servicio importante a los miembros de la comunidad más vulnerables. Están actuando de manera responsable, respetuosa y segura.



"Seis pies de distancia" es nuestra misión. Cuanto menos interacción tengamos entre nosotros, menos se propagará la enfermedad. Cerrar la escuela es una medida extrema. No trabajemos contra nosotros mismos teniendo altos niveles de interacción social en la comunidad y en los hogares de las personas. El distanciamiento social temprano y agresivo reducirá la propagación del virus.

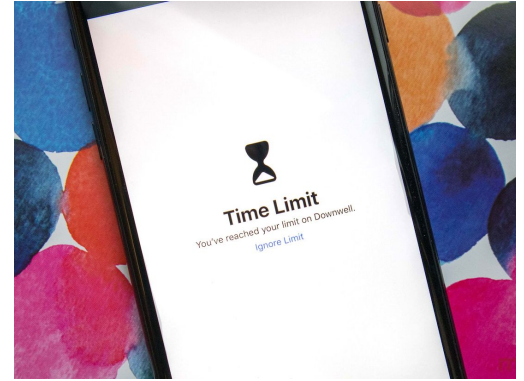


Nuestros niños prosperan con la previsibilidad y la rutina. Nuestros niños prosperan con la previsibilidad y la rutina. La vida será más fácil para todos si establece un horario que incluya horarios regulares para comer, el trabajo escolar (unas pocas horas al día como máximo), leer, jugar al aire libre (a seis pies de distancia de los demás), tiempo académico en electrónica, bañarse y hora de acostarse. Haga que sus hijos ayuden a establecer un cierto lugar para estudiar. Hay espacio para la flexibilidad, pero es importante mantener la estructura y el flujo del día.



Puede reducir la ansiedad de sus hijos manejando la suya.

Limite la exposición de todos al ciclo de noticias de 24 horas. Da miedo a los niños. Tenga en cuenta lo que los adultos dicen sobre su hijo y cómo podrían interpretarlo. No hay necesidad de hacer que nuestros hijos tengan miedo, sino darles información objetiva y apropiada para su edad. Enseñarles a sus hijos lo que pueden hacer para prevenir infecciones les da una sensación de control, lo que ayuda a reducir la ansiedad.



Gracias por hacer su parte y felicite a sus hijos por seguir las pautas de seguridad. Si estamos comprometidos y diligentes en nuestras acciones ahora, seremos parte de un esfuerzo mundial para tomar medidas agresivas antes de que parezcan necesarias. Aunque la incertidumbre es un hecho de la vida, consuélate sabiendo que nuestra comunidad Bishop Unified es fuerte, está conectada y comprometida con la salud y el bienestar de los demás.



Para información más detallada: [Cómo hablar con los niños sobre el coronavirus](#)

Por favor contáctenos con preguntas o inquietudes,

TK-5 Jean Sprague en jsprague@bishopschools.org

6-8 Linda Sandoval en lsandoval@bishopschools.org

9-12 Kathleen Stout en kstout@bishopschools.org