



# Farnsworth Elementary School Community Center

3751 S 4225 W West Valley City, Utah 84120  
Mondays, & Wednesdays 8:30 am - 2:30 pm  
Lunes y Miercoles 8:30 am - 2:30 pm



Come join us at the Community Center!


¡Ven y únete al Centro Comunitario!

**Inma Burggraaf**

385-646-4822

[iburggraaf@graniteschools.org](mailto:iburggraaf@graniteschools.org)

## MARCH 2018

Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
			1	2
<b>5</b> 9:30-11:30- English class/Clase de ingles 11:30-12:00- Tai Chi 12:00-12:30-Nutrition/ Nutricion 12:30-1:30 - Computer class /computacion	6	<b>7</b> 9:30-11:30- English class/ Clase de Ingles 11:30-12:00- Tai Chi 12:00-1:30 - Computer class/ Computacion	8	9
<b>12</b> 9:30-11:30- English class/Clase de ingles 11:30-12:00- Tai Chi 12:00-12:30-Parenting class 12:30-1:30 - Computer class /computacion	13	<b>14</b> 9:30-11:30- English class/ Clase de Ingles 11:30-12:00- Tai Chi 12:00-1:30 - Computer class/ Computacion	15	16
<b>19</b> 9:30-11:30- English class/Clase de ingles 11:30-12:00- Tai Chi 12:00-12:30-Nutrition/ Nutricion 12:30-1:30 - Computer class /computacion	20	<b>21</b> 9:30-11:30- English class/ Clase de Ingles 11:30-12:00- Communities United"Immigration" 12:00-1:30 - Computer class/ Computacion	22	23
<b>26</b> 9:30-11:30- English class/Clase de ingles 11:30-12:00- Tai Chi 12:00-12:30-Parenting class 12:30-1:30 - Computer class /computacion	27	<b>28</b> 9:30-11:30- English class/ Clase de Ingles 11:30-12:00- Tai Chi 12:00-1:30 - Computer class/ Computacion	<b>29</b> <b>NO SCHOOL</b> <b>Spring Break</b> <b>March 29th</b> <b>- April 3rd</b>	30 NO SCHOOL

# Farnsworth Elementary School

## Community Center News/ Centro Comunitario

### Classes and March Events Clases y Eventos de Marzo

**English/Ingles:** Tuesdays/ Martes, Wednesdays /Miercoles 9:30-11:30 am

**Computer/Computadora:** Tuesdays/Martes 12:00-1:30 am Wednesdays /Miercoles  
12:00-1:30 am

**Tai Chi:** Tuesdays/Martes 11:30-12:00 am Wednesdays /Miercoles 11:30-12:00 am

**Spring Break:** ❀ No School March 29th - April 3rd ❀

**Vacaciones de Primavera:** no habrá escuela Mar 29th - Abril 3rd



### Parent Institute

### Instituto de los padres

#### Encourage Self-Direction During Free Time

You know you should keep track of your child during the late afternoon—the time when children are most likely to get into trouble. But that doesn't mean you should be planning her every move.

Once homework and chores are finished, your child should be able to pick her own healthy activities. But you can give her some suggestions:

- **Read for pleasure.** Youth magazines and fan fiction count as reading!
- **Write.** Your teen could write a letter to a friend or relative who lives out of town. Or keep a journal.
- **Get some exercise.** Walking, bike-riding and swimming are all good choices.
- **Use time wisely.** Limit your child's time on the phone, at the computer or in front of the TV.
- **Volunteer.** Could your child help at an animal shelter, library or nursing home? Help her find a volunteer opportunity that matches her interests.
- **Develop a hobby.** Suggest that she draw or paint, start a collection or learn to play a musical instrument.

#### Fomente la iniciativa propia en el tiempo libre

Usted sabe que debe seguirle la pista a su hijo en las horas de la tarde, cuando los jóvenes son más propensos a meterse en problemas. Pero eso no significa que debe planificar todos y cada uno de sus movimientos.

Una vez que su joven haya terminado sus tareas y quehaceres, debería elegir qué actividades sanas le gustaría realizar. Aquí tiene algunas sugerencias:

- **Leer por placer.** Las revistas dirigidas a los jóvenes y las novelas de ficción ¡cuentan como lectura!
- **Escribir.** Su joven podría escribirle una carta a un amigo o familiar que viva fuera de la ciudad. También podría escribir un diario personal.
- **Hacer ejercicio.** Caminar, andar en bicicleta y nadar son opciones muy buenas.
- **Usar el tiempo con eficacia.** Limite el tiempo que su joven pasa en el teléfono, en la computadora o mirando televisión.
- **Ofrecerse como voluntario.** ¿Podría su joven ayudar en un refugio de animales, en una biblioteca o en un asilo de ancianos? Ayúdelo a buscar oportunidades de voluntariado que se relacionen con sus intereses.
- **Adquirir un pasatiempo favorito.** Sugíerale que dibuje o pinte, empiece una colección o aprenda a tocar un instrumento musical.

