
THE ISANA SUN: A Weekly Update

Friday, October 16, 2020

Follow us on:  



A message from our CEO

Hello ISANA families,

With the elections just around the corner, I want to take this opportunity to talk about the importance of participating in this fundamental civic duty. Beyond being a right that generations of Americans have long struggled for – and a freedom that many people around the world still do not have – voting allows us to actively participate in our democracy by making our voice heard and choosing candidates and initiatives that represent our interests, values, and beliefs.

Taking the time to learn about each nominee and the various ballot measures is an important step in becoming an active and informed voter. If you haven't already cast your vote, use a resource like [Ballotpedia](#) to research detailed, nonpartisan information on all the candidates and measures on this year's electoral ballot.

As you carry out this task, I encourage you to make this a teachable moment for our scholars. Talk to them about the importance of participating in the electoral process and the implications of political action and inaction. Talk to them about how certain groups of people in our country were excluded from voting in the past, and what they had to overcome to be allowed to vote. Encourage our scholars through critical thinking, problem solving, respectful debate, and exposure to diverse opinions. And most importantly, emphasize how we have the power to create change and choose how our city, state, and country are run.

Lastly, I want to encourage every member of our school community to continue to lead by example and treat others with the respect and compassion that everyone deserves.

As we engage with others leading up to the elections and after, it's important to keep in mind the five social-emotional learning hallmarks:

1. Self-awareness: How am I personally feeling?
2. Social awareness: How are others feeling?
3. Self-management: How will I behave now that I know how I am feeling, and how others might be feeling?

Upcoming Dates:

October 19: Last day to register online or by mail to vote

October 21: Unity Day

November 1: National Family Literacy Day

November 3: Election Day

October is Domestic Violence Awareness Month

Domestic violence thrives when we are silent; but if we take a stand and work together to cultivate safe and caring communities, we can end domestic violence.

If you or anyone you know needs help, please contact the East Los Angeles Women's Center 24-hour bilingual hotline at 1-800-585-6231.

Get your Free Flu Shot

Click [HERE](#) to see the schedule of LA County Library Free Flu Immunization Clinics.

4. Relationship-building: How will I interact with others based upon what I know about their feelings?
5. Responsible decision-making: What actions will I take to appropriately express my feelings in a way that is also respectful of how others might be feeling?

We all have a right to our own opinion. And everyone has a right to feel and to be safe in our school community – no matter one's faith, the color of one's skin, one's heritage, one's sexual or gender identity.

Thank you, as always.

Nadia Shaiq
Chief Executive Officer, ISANA Academies



October is Breast Cancer Awareness Month: How to Talk to Children About Breast Cancer

Hundreds of thousands of women are affected by breast cancer each year, and many are mothers, including mothers to children under age 18. Deciding when and how much you tell your children about your diagnosis can be difficult but having an open and honest conversation with them is invaluable. Even if children don't fully understand what's going on, they need to feel they can trust you, and being candid helps. Plus, this allows you to control the information you present so you can create an accurate picture for them.

Here are some suggestions from the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry (AACAP) that may help guide your conversation.

- Create an open and supportive environment. Encourage children to ask questions. However, do not force children to talk about things unless and until they are ready.
- Keep discussions simple and honest, using age-appropriate language and terms. Children will usually know, or eventually find out, if you are "making things up." This can make it harder for them to trust you or other adults in the future.
- Be reassuring, but do not make promises you cannot keep.
- Let children know about your treatment, including what to expect in terms of side effects, including fatigue, decreased energy, hair loss, nausea, etc.
- Be prepared to repeat information and explanations more than one time. Some information may be hard to accept or understand. Asking the same question over and over may also be a way for a child to ask for reassurance.
- Help children find ways to express themselves. Some children may not want to talk about their thoughts, feelings, or fears. They may be more comfortable drawing pictures, playing with toys, or writing stories or poems.
- Keep the family schedule as consistent as possible. This can be reassuring for children, particularly during times of stress.



ISANA's Director of Expanded Learning to Receive Visionary Leadership Award

The Expanded Learning Division at the California Department of Education (CDE) has announced their 2020 California Expanded Learning Leadership Award winners and ISANA's Director of Expanded Learning, Autrilla Gillis, has been selected as a recipient of the Visionary Leadership Award. Ms. Gillis is being recognized for her outstanding commitment and dedication to improving and enriching the lives of our scholars through her countless contributions to the expanding learning field.

The CDE's Expanded Learning Division oversees all of the expanded learning school sites for the state. The division started the award ceremony in 2013 and receives nominations from county education offices that have expanded learning services. Ms. Gillis is the first-ever charter school honoree.

Expanded learning programs are an important extension of a student's typical school day. The programs provide additional academic support, cultural enrichment, and social and emotional learning opportunities.

Ms. Gillis will receive her award during this year's Lights on Afterschool Virtual Celebration taking place Thursday, October 22, 2020 at 11am. The event, put on by the California AfterSchool Network (CAN) and the CDE, will be live streamed on CAN's Facebook page at: www.facebook.com/CaliforniaAfterSchool.

And Speaking of Expanded Learning...Enrich your Afternoons with EXL Live

ISANA's Expanded Learning team continues to offer their award-winning after-school programming virtually Monday through Thursday, from 2 to 5pm. Our EXL Live sessions offer an opportunity to extend your child's instructional day with fun, educational, and engaging academic, literacy, and social enrichment opportunities. The lessons are grade specific and are open to all ISANA scholars.

This week, scholars can participate in an i-Ready Bootcamp, bullying awareness and prevention lessons, physical enrichment activities, current event discussions, cooking lessons, math lessons, English language arts lessons, read-alouds, games, and even participate in a virtual field trip.

For more information about our EXL Live offerings, including the daily schedule, please visit our **[ISANA Distance Learning portal](#)**, your child's Clever account, or your school's Facebook page.

What's on the Menu: Week of October 19

REMINDER: ISANA's meal distribution takes place on Tuesdays and Thursdays through a Grab-N-Go, walk-up or drive-up service. Meals are issued in bulk for multiple days – two breakfast and two lunch meals on Tuesdays and three breakfast and three lunch meals on Thursdays – from:

Distribution Time:	Meal Service Address:
8am to 12pm	ISANA Achernar Academy, 310 E. El Segundo Avenue, Compton
7:30am to 1:30pm	ISANA Cardinal Academy, 7330 Bakman Avenue, Sun Valley
8am to 2pm	ISANA Himalia Academy, 4607 S. Central Avenue, Los Angeles
9am to 11am	ISANA Nascent Academy, 3401 W. Jefferson Blvd, Los Angeles
7am to 4pm	ISANA Octavia Academy, 3010 Estara Avenue, Los Angeles
7am to 10am	ISANA Palmati Academy, 6501 Laurel Canyon Blvd, North Hollywood

Please stop by your child's school during the listed distribution hours or call the main office for more information about our meal program.

Here's this week's menu:

Breakfast: Strawberry muffin; apple empanada; whole-grain cereal bites; cranberry oatmeal round mini; French toast bites.

Lunch: Hamburger; bean & cheese Pupusa w/ edamame beans; Breakfast 4 Lunch - French toast sticks; chicken sausage w/ potato wedges; chicken burrito; chicken nuggets w/ oven baked fries.

(Menu subject to change)

Free Virtual Workshop to Reveal Tricks & Treats for Healthy Teeth

Cal State LA's Educational Community Health Outreach (ECHO) program is hosting a series of free virtual workshops about oral health and nutrition for children and adults. The workshops will take place via Zoom and participants can register through the RSVP links below.

"Tricks & Treats for Healthy Teeth" will take place on Monday, October 26 from 11am to 12pm and will focus on oral health tips and nutritious Halloween snack ideas. This workshop will be in English only. To RSVP, please click [**HERE**](#).

"Oral Health & Nutrition for Adults" will take place on Tuesday, October 27 from 10 to 11am. This workshop will be offered in both English and Spanish. To RSVP, please click [**HERE**](#). To RSVP for the Spanish language workshop, please click [**HERE**](#).

"Keeping Friends & Family Safe" will take place on Wednesday, October 28 from 10 to 11am and will focus on oral health tips and how to stay safe during the COVID-19 pandemic. This workshop will be in English only. To RSVP, please click [**HERE**](#).

"Oral Health for Children" will take place on Thursday, October 29 and will offer a morning workshop from 10:30 to 11:30am or an afternoon workshop from 3:30 to 4:30pm. To RSVP for the morning workshop, please click [**HERE**](#). To RSVP for the afternoon workshop, please click [**HERE**](#).

THE ISANA SUN: Actualización Semanal

Viernes, 16 de octubre de 2020

Síguannos en:  



Un mensaje de nuestra directora ejecutiva

Hola familias de ISANA,

Con las elecciones a la vuelta de la esquina, quiero aprovechar esta oportunidad para hablar sobre la importancia de participar en este deber cívico fundamental. Más allá de ser un derecho por el que generaciones de estadounidenses han luchado durante mucho tiempo – y una libertad que muchas personas en todo el mundo aún no tienen – el voto nos permite participar activamente en nuestra democracia al hacer que nuestra voz se escuche y al elegir candidatos e iniciativas que representen nuestros intereses, valores y creencias.

Tomarse el tiempo para aprender sobre cada aspirante y las diversas medidas de la boleta es un paso importante para convertirse en un votante activo e informado. Si aún no han emitido su voto, utilicen un recurso como **Ballotpedia** para buscar información detallada y no partidista sobre todos los candidatos y medidas en la boleta electoral de este año.

Mientras lleven a cabo esta tarea, los animo a que hagan de este un momento de enseñanza para nuestros estudiantes. Háblenles sobre la importancia de participar en el proceso electoral y las implicaciones de la acción y la inacción política. Háblenles sobre cómo ciertos grupos de personas en nuestro país fueron excluidos de votar en el pasado y lo que tuvieron que superar para poder votar. Animen a nuestros estudiantes a través del pensamiento crítico, la resolución de problemas, el debate respetuoso y la exposición a diversas opiniones. Y lo más importante, enfatizen cómo tenemos el poder de crear cambio al elegir cómo se administran nuestra ciudad, estado y país.

Por último, quiero animar a todos los miembros de nuestra comunidad escolar a que sigan instruyendo con ejemplo y traten a los demás con el respeto y la compasión que todos merecen.

A medida que nos relacionamos con otros antes y después de las elecciones, es importante tener en cuenta las cinco características del aprendizaje socioemocional:

1. Autoconciencia: ¿Cómo me siento personalmente?
2. Conciencia social: ¿Cómo se sienten los demás?

Fechas próximas:

19 de octubre: Último día para registrarse en línea o por correo para votar

21 de octubre: Día de la Unidad contra el bullying

1 de noviembre: Día de Alfabetización Familiar

3 de noviembre: Elecciones

Octubre es el Mes de Concientización sobre la Violencia Doméstica

La violencia doméstica prospera cuando guardamos silencio. Hablar con alguien puede ayudarle a hacer los cambios que necesita.

Si usted o alguien que conoce necesita ayuda, comuníquese con la línea de ayuda bilingüe del East Los Angeles Women's Center al 1-800-585-6231.

Obtengan su vacuna contra la gripe

Hagan clic **AQUÍ** para ver el horario de las clínicas de vacunación gratuitas de la Biblioteca del Condado de Los Ángeles.

3. Autogestión: ¿Cómo me comportaré ahora que sé cómo me siento y cómo se sentirán los demás?
4. Construcción de relaciones: ¿Cómo interactuaré con los demás basándome en lo que sé sobre sus sentimientos?
5. Toma de decisiones responsable: ¿Qué acciones tomaré para expresar apropiadamente mis sentimientos de una manera que también sea respetuosa con los sentimientos de los demás?

Todos tenemos derecho a tener nuestra propia opinión. Y todos tienen derecho a sentirse y a estar seguros en nuestra comunidad escolar, sin importar la fe, el color de la piel, la herencia, la identidad sexual o de género.

Gracias, como siempre.

Nadia Shaiq
Directora Ejecutiva, ISANA Academies



Octubre es el mes de concientización sobre el cáncer de seno: Cómo hablar con los niños sobre el cáncer de seno

Cientos de miles de mujeres se ven afectadas por el cáncer de seno cada año, y muchas son madres, incluidas madres de niños menores de 18 años. Decidir cuándo y cuánto contarles a sus hijos sobre su diagnóstico puede ser difícil, pero el tener una conversación honesta con ellos es invaluable. Incluso si los niños no comprenden completamente lo que está sucediendo, necesitan sentir que pueden confiar en usted, y ser sincero ayuda. Además, esto les permite controlar la información que comparten para que puedan crear una imagen precisa de la situación.

Aquí hay algunas sugerencias de la Academia Estadounidense de Psiquiatría Infantil y Adolescente (AACAP) que pueden ayudar a guiar su conversación.

- Creen un entorno abierto y de apoyo. Animen a los niños a hacer preguntas. Sin embargo, no obliguen a los niños a hablar sobre las cosas a menos que y hasta que estén listos.
- Mantengan las discusiones simples y honestas, utilizando un lenguaje y términos apropiados para la edad. Los niños normalmente sabrán, o eventualmente lo descubrirán, si usted está "inventando cosas". Esto puede dificultar que confíen en usted o en otros adultos en el futuro.
- Sean alentadores, pero no hagan promesas que no puedan cumplir.
- Informen a los niños sobre su tratamiento, incluido lo que pueden esperar en términos de efectos secundarios, como fatiga, disminución de energía, pérdida de cabello, náuseas, etc.
- Estén preparados para repetir información y explicaciones más de una vez. Alguna información puede ser difícil de aceptar o comprender. Hacer la misma pregunta una y otra vez también puede ser una forma de que el niño pida tranquilidad.
- Ayuden a los niños a encontrar formas de expresarse. Es posible que algunos niños no quieran hablar sobre sus pensamientos, sentimientos o temores. Puede que se sientan más cómodos haciendo dibujos, jugando con juguetes o escribiendo cuentos o poemas.
- Mantengan el horario familiar lo más consistente posible. Esto puede ser tranquilizador para los niños, especialmente en momentos de estrés.



La directora de aprendizaje ampliado de ISANA recibirá el Premio al Liderazgo Visionario

La División de Aprendizaje Ampliado del Departamento de Educación de California (CDE) anunció a los ganadores del Premio al Liderazgo en Aprendizaje Ampliado de California 2020 y la directora de aprendizaje ampliado de ISANA, Autrilla Gillis, ha sido seleccionada como receptora del Premio al Liderazgo Visionario. La Srta. Gillis está siendo reconocida por su destacado compromiso y dedicación para mejorar y enriquecer las vidas de nuestros estudiantes a través de sus innumerables contribuciones al campo de aprendizaje en expansión.

La División de Aprendizaje Ampliado del CDE supervisa todos los sitios escolares de aprendizaje ampliado del estado. La división inició la ceremonia de premiación en 2013 y recibe nominaciones de las oficinas de educación del condado que han ampliado los servicios de aprendizaje. La Srta. Gillis es la primera homenajeadada en una escuela chárter.

Los programas de aprendizaje ampliado son una extensión importante del día escolar típico de un estudiante. Los programas brindan apoyo académico adicional, enriquecimiento cultural y oportunidades de aprendizaje social y emocional.

La Srta. Gillis recibirá su premio durante la celebración virtual Lights on After School de este año que tendrá lugar el jueves 22 de octubre de 2020 a las 11am. El evento, organizado por California AfterSchool Network (CAN) y el CDE, se transmitirá en vivo en la página de Facebook de CAN en: www.facebook.com/CaliforniaAfterSchool.

Y hablando de aprendizaje ampliado ... Enriquezcan sus tardes con EXL Live

El equipo de Aprendizaje Expandido de ISANA continúa ofreciendo su premiada programación después de la escuela virtualmente de lunes a jueves, de 2 a 5 pm. Nuestras sesiones de EXL Live ofrecen la oportunidad de extender el día de instrucción de su hijo con sesiones divertidas, educativas y atractivas académicas, de alfabetización y de enriquecimiento social.

Las lecciones son específicas de cada grado y están abiertas a todos los estudiantes de ISANA. Esta semana, los estudiantes podrán participar en clases de i-Ready, lecciones de prevención y concientización sobre el acoso, actividades de enriquecimiento físico, discusiones de eventos actuales, clases de cocina, lecciones de matemáticas, lecciones de lenguaje y literatura en inglés, lecturas en voz alta, juegos e incluso participar en un viaje virtual.

Para obtener más información sobre EXL Live, visiten nuestro **[portal de aprendizaje a distancia](#)**, la cuenta de Clever de su hijo o la página de Facebook de la escuela de su hijo.

Qué hay en el menú: Semana del 19 de octubre

La distribución de comidas de ISANA se lleva a cabo los martes y jueves a través de un servicio Grab-N-Go (tome y lleve). Las comidas se entregan a granel para varios días – dos desayunos y dos almuerzos los martes y tres desayunos y tres almuerzos comidas los jueves - de:

Horario de distribución:	Dirección a escuela:
8am a 12pm	ISANA Achnar Academy, 310 E. El Segundo Avenue, Compton
7:30am a 1:30pm	ISANA Cardinal Academy, 7330 Bakman Avenue, Sun Valley
8am a 2pm	ISANA Himalia Academy, 4607 S. Central Avenue, Los Angeles
9am a 11am	ISANA Nascent Academy, 3401 W. Jefferson Blvd, Los Angeles
7am a 4pm	ISANA Octavia Academy, 3010 Estara Avenue, Los Angeles
7am a 10am	ISANA Palmati Academy, 6501 Laurel Canyon Blvd, North Hollywood

Visiten la escuela de su hijo durante el horario de distribución indicado o llamen a la oficina principal para obtener más información sobre nuestro programa de distribución de comidas.

Desayuno: muffin de fresa; empanada de manzana; bocados de cereal integral; galleta de avena y arándanos; trozos de tostada francesa.

Almuerzo: Hamburguesa; pupusa de frijoles y queso con habas de soya; trozos de tostada francesa; salchicha de pollo con gajos de papa; burrito de pollo; nuggets de pollo con papas al horno.

Taller virtual gratuito para descubrir trucos para dientes sanos

El programa Educational Community Health Outreach (ECHO) de Cal State LA está organizando una serie de talleres virtuales gratuitos sobre salud oral y nutrición para niños y adultos. Los talleres se llevarán a cabo a través de Zoom y los participantes pueden registrarse a través de los enlaces RSVP a continuación.

"Trucos y golosinas para dientes sanos" se llevará a cabo el lunes 26 de octubre de 11am. Este taller será solo en inglés. Para confirmar su asistencia, hagan clic [AQUÍ](#).

"Salud y nutrición bucal para adultos" se llevará a cabo el martes 27 de octubre de 10 a 11am. Este taller se ofrecerá tanto en inglés como en español. Para confirmar su asistencia, hagan clic [AQUÍ](#). Para confirmar su asistencia al taller en español, hagan clic [AQUÍ](#).

"Manteniendo a nuestros amigos y familiares seguros" se llevará a cabo el miércoles 28 de octubre de 10 a 11am y se centrará en consejos de salud bucal y cómo mantenerse a salvo durante la pandemia de COVID-19. Este taller será solo en inglés. Para confirmar su asistencia, hagan clic [AQUÍ](#).

"Salud bucal para niños" tendrá lugar el jueves 29 de octubre y ofrecerá un taller matutino de 10:30 a 11:30am o un taller vespertino de 3:30 a 4:30pm. Para confirmar su asistencia al taller de la mañana, hagan clic [AQUÍ](#). Para confirmar su asistencia al taller de la tarde, hagan clic [AQUÍ](#).