

1st multilingual magazine in Westchester

FREE

Portal

magazine

Spring
2020

BEST SPRING ACTIVITIES

Las mejores actividades
de primavera

Practicing *Kindness*

Practicando la amabilidad

News on

TEACHING SCIENCE

La enseñanza
de ciencias



REGISTER NOW!

Spring 2020 Spanish Classes

Start in April

Monday to Friday 3:30-6 pm
Immersion and bilingual kids programs



español

INDIVIDUAL AND GROUP CLASSES

Locations:

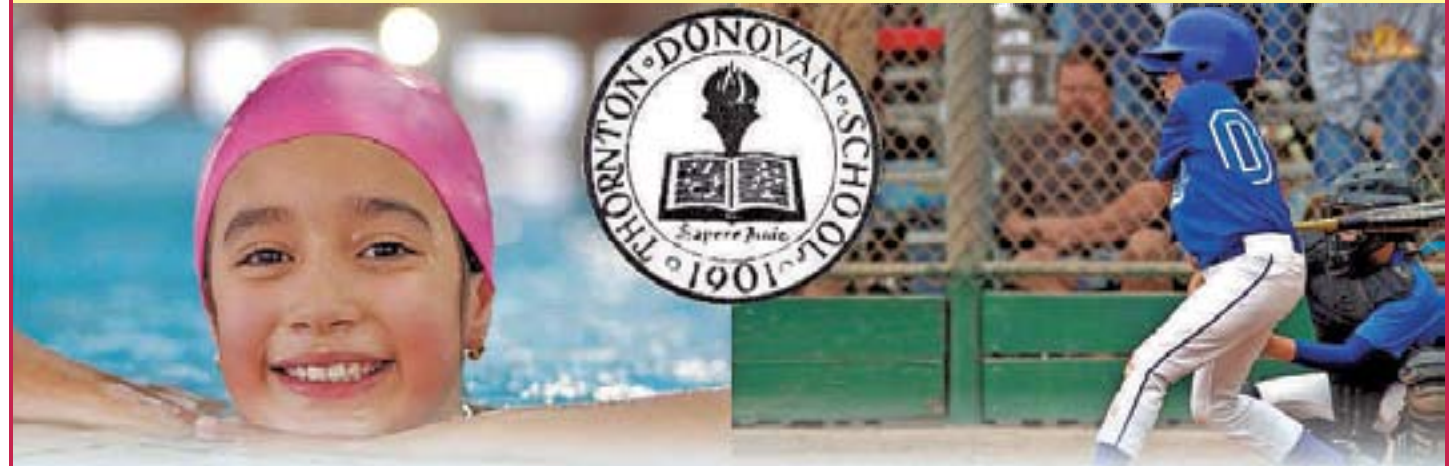
- West Harrison
- Stamford
- Your Home

Ages 3 to 16
Second sibling 50% off

Spanish 4 Kids

For more information or to register, please contact us at:
info@spanish4k.com | www.spanish4k.com | (914) 826-7722

SUMMER FUN FOR KIDS



WHAT

An energetic and exciting well balanced summer activities program of sports, recreation, and education designed to meet Challengers from Ages 3-14.

WHERE

Thornton-Donovan School

WHEN

Summer 2020
7 weeks • July 6th - August 21st
Ages: 3-14 • 8:45am - 3:45pm • Co-ed



WHO

A staff of certified teachers and experienced counselors under the direction of Annemarie Licini-Paris, Administrative Assistant, Thornton-Donovan School.

THORNTON-DONOVAN SCHOOL
SUMMER CHALLENGE
52

OPEN HOUSES 2020
Sunday, March 15
2 pm - 4 pm
Sunday, April 19
2 pm - 4 pm

RATES

	NO. OF WEEKS (\$700 Per Week)	REGULAR RATES	*EARLY BIRD SUPER SAVER (Paid in full by May 1st)	*EARLY BIRD BIRD RATE! (Paid in full by April 1st)
Maximum Savings	7 Weeks	\$4,900	\$4,165	\$3,675
	6 Weeks	\$4,200	\$3,780	\$3,570
	5 Weeks	\$3,500	\$3,255	\$3,080
	4 Weeks	\$2,800	\$2,660	\$2,520
	3 Weeks	\$2,100	\$2,037	\$1,974
	2 Weeks	\$1,400	\$1,386	\$1,372
	1 Weeks	\$700	No Discount	No Discount

****EARLY, EARLY BIRD SUPER SAVER** must be paid in full by Wednesday, April 1st.

***EARLY BIRD SUPER SAVER** must be paid in full by Friday, May 1st.

WP-6C10342617-01



100 Overlook Circle, New Rochelle, NY • 914.632.8836 • www.td.edu





Advertorial *Publicidad*

7 What is a 504 plan?
¿Qué es el plan 504?

Kid's World *Mundo infantil*

12 A delicious experiment!
¡Un experimento delicioso!

Technology

13 Science Apps and others to consider
Apps de ciencias y otros a considerar

Education

14 Reading with fluidity
Leyendo con fluidez

General Interest

16 30 Ways to practice kindness
30 Formas de practicar la amabilidad

On the go *Salidas*

20 12 free spring activities
12 actividades gratis

Health *Salud*

23 Guide to cope with allergies
Guía para sobrellevar las alergias

Agenda

24 Free spring activities memo
Lista de actividades de primavera

Entertainment *Entretenimiento*

26 Repertorio Español: El Crédito

27 Language and games

DIY *Hazlo tu mismo*

28 Eco friendly ideas - Ideas ecológicas

Community

29 Sierra Deodhari
The karate kid from Somers

Recipes *Recetas*

30 Dinner in 15 minutes
Fun Flower Cookies



Spring 2020

Feature *Destacado*

8 CAPTURING CURIOSITY

The next generation of science teaching
CAPTURANDO LA CURIOSIDAD
La nueva generación de enseñar ciencias

Health *Salud*

22 **Coronavirus (COVID-19) Explained**
Coronavirus (COVID-19) Explicado

**SIGN
UP
NOW!**



JUNE 29 - AUGUST 21, 2020
Fun, comprehensive learning experiences for kids!

Music & Arts
Suzuki Summer
Musical Theatre Immersion

[f](#) [t](#) [i](#) [y](#) [m](#) [e](#) [c](#) [o](#) [n](#) [s](#) [e](#) [r](#) [v](#) [a](#) [t](#) [o](#) [r](#) [g](#)
216 Central Ave., White Plains, NY



Camp Combe YMCA



(845)526-0808

campcombe.ymca-cnw.org

editor's note

A Very "Buzzy" Spring!



Every child is a natural scientist. The problem is how to remain a scientist once we grow up.

It is extremely exciting to think about the new generation of young scientists who will surely revolutionize science and make amazing discoveries. In this edition we present the latest news about science education focused on capturing the curiosity of students (see page 8). To practice some science at home, check out a

delicious experiment that you can do with your children (p. 12).

As we focus on helping kids grow and better understand the world around them, we present ways in which you can help children become fluent readers on p. 14. Also, find a special article with many ways to help kids practice kindness (p. 16).

Since this is likely to be a "buzzy" spring, let's get back outside and enjoy all the activities we have missed during the winter. Plan your next weekend outing to one of the many attractions in our area that won't cost you a penny! On pages 20 and 22, you will see local activity options and information about the new coronavirus, including how to protect yourself and your loved ones. From all of us at Portal Magazine, we wish you a spring season full of new and happy experiences.

¡Ocupado-zzzz en primavera!

Todo niño es un científico natural. El problema es cómo conseguir que lo siga siendo una vez que crezca.

Es realmente emocionante pensar en la nueva generación de jóvenes científicos que seguramente revolucionarán la ciencia y harán descubrimientos asombrosos. En esta edición te presentamos las últimas novedades sobre la enseñanza de las ciencias basadas en capturar la curiosidad de los estudiantes (ver pág. 8). Y para ir practicando ciencias en casa, un delicioso experimento que podrás hacer con los niños (pág. 12).

Mientras nos enfocamos en ayudar a los pequeños a crecer y comprender mejor el mundo que los rodea, te presentamos formas en las que puedes ayudarlos a convertirse en lectores fluentes (pág. 14). También, encuentra un artículo especial con muchas maneras de ayudarlos a practicar la bondad (p. 16).

Y como de primavera "zzzzz" trata, preparémonos para volver al aire libre y disfrutar de todas las actividades que nos hemos perdido durante el invierno. ¡Planea tu próxima salida de fin de semana a una de las tantas atracciones de nuestra área que no te van a costar un centavo! En las páginas 20 y 22, verás opciones de actividades locales e información sobre el nuevo coronavirus, incluida información de cómo protegerte y proteger a tus seres queridos. De parte de todos nosotros en Portal Magazine, te deseamos una primavera llena de novedades y experiencias felices.

Happy Spring!

Laura Saavedra
Portal Magazine Editor

Spring 2020
Vol. 8 - No. 14

Editor
Laura Saavedra

Co-Editor
Katrina Smith

Contributing Writers
Michele Borba, Ed.D.
Monica Mandell, LMSW
Julie Heller
Nanaz Khosrowshahi

Graphic Design
Two Points Design
www.twopointsdesign.com

Advertising
sales@portalmagazine.com
914-792-8483

Translation to English
Katrina Smith
Translation to Spanish
Spanish 4 Kids
Translation to Portuguese
Ana Lucia Coura

Digital Content Development
www.twopointsdesign.com

Marketing
Rocío Vallejo
Two Points Design

www.PortalMagazineNY.com
info@portalmagazine.com
(914) 792-8483
Westchester, NY

Portal Magazine is published quarterly by Two Points Design LLC. Portal Magazine is distributed free of charge. Please, one copy per reader. We reserve the right to edit, reject, publish, or comment editorially on all submitted material. We cannot be responsible for the return of any submitted material. Portal Magazine is not responsible for the articles sources, nor of the content sent by the authors, readers, and / or advertisers.

Portal Magazine ©2013-2020. All rights reserved. Reproduction in whole or part without written permission is prohibited.

Follow Us



PortalMagazineNY



PortalMagazineNY

www.PortalMagazineNY.com

advertorial

¿Qué es el plan 504? What is a 504 plan?



Monica L. Mandell, LMSW
Bilingual Social Worker
Educational Advocate
MLM Advocacy
mlmadvocacy.com - 914-308-0751

Hay dos formas en que un estudiante puede recibir servicios de educación especial. Uno es un Plan Educativo Individualizado o IEP. La otra es cuando los estudiantes reciben servicios educativos de enfermería o de comportamiento a través de un Plan 504. ¿Qué es un plan 504 y cómo ayuda a un alumno en el aula?

Un niño con discapacidad, enfermedad o trastorno a largo plazo que limita su aprendizaje sustancialmente, puede calificar para un plan 504. Incluso si la condición no afecta la forma en que el alumno aprende, igual puede calificar si la discapacidad afecta la forma en que participa diariamente. No hay una lista específica de impedimentos que el plan cubre. Algunos ejemplos son diabetes, problemas de atención, convulsiones o alergias. El distrito escolar determinará si el problema califica como una limitación.

Un plan 504 permite que el alumno con discapacidad física o mental reciba apoyos y servicios específicos para ayudarlo a participar plenamente en clase. Aquellos que califican, reciben adaptaciones que los ayudan a acceder a todas las actividades escolares. Los ejemplos pueden ser proporcionar libros con letra grande a aquellos con problemas de visión, tiempo extra para exámenes, acceso a la enfermería o ayuda para moverse por el edificio.

Para comenzar el proceso de solicitar un plan 504, los padres deben escribir una carta al departamento de educación especial del distrito escolar y explicar los motivos de su solicitud. Una vez que este departamento la recibe, pedirá el consentimiento para las evaluaciones y programará la fecha para revisar la información. Asegúrate de dar al comité toda la documentación médica. En la reunión, los padres y el comité 504 revisarán las evaluaciones, la documentación médica, las calificaciones, los informes de los maestros, los registros de asistencia y cualquier otra información que ayude a determinar si existe una limitación sustancial para que el estudiante participe en un día escolar.

Si se decide que sí existe, el comité determinará las adaptaciones. El plan 504 se revisa una vez al año y ofrece adaptaciones para ayudar a los estudiantes a rendir al máximo en las clases de educación general. ■



There are two ways a student can receive special education services. One is an Individualized Educational Plan or IEP. The other is when students receive educational, nursing, or behavioral services through a 504 Plan. What is a 504 Plan and how does it help a student in the classroom?

A child with a long-term disability, illness, or disorder that substantially limits learning can qualify for a 504 plan. Even if the condition does not affect how the student learns, a child may qualify if the disability impacts how the student engages in a school day. There is no specific list of impairments that are covered by a 504 plan. Some examples are diabetes, attention problems, seizures, or allergies. A school district will determine if the problem qualifies as a substantial limitation.

A 504 Plan enables a student with a physical or mental disability to receive specific supports and services to help them fully participate in school. Students who qualify for a 504 plan will receive accommodations to help them access all activities during a school day. Examples might be providing a book with large print to a student with vision problems, extended time when taking a test, accessibility to the school nurse, or help moving safely through the building.

To start the process of requesting a 504 plan, the parent should write a letter to the special education department of the school district and explain the reasons for their request. The school will then require consent for evaluations and schedule a date to review the information. Make sure to provide the 504 committee with any and all medical documentation. At the meeting, parents and the 504 committee will review the evaluations, medical documentation, grades, teacher reports, attendance records and any other information that will help in determining if there is a substantial limitation for the student to participate in a school day.

If it is decided that there is a substantial limitation, then accommodations will be determined by the committee. The 504 plan is reviewed once a year and provides accommodations to help students perform to their full potential in general education classes. ■

IS YOUR CHILD STRUGGLING IN SCHOOL
I can help: Monica L. Mandell, LMSW - 914-308-0751 - Hablo español

Capturing Curiosity

The next generation of science teaching

Capturando la curiosidad

La nueva generación de enseñar ciencias



BY KATRINA SMITH
Science Coordinator,
Rye City School District

Gone are the days of memorization in science, experiments where everyone follows the same procedures designed by the teacher, and heavy reliance on vocabulary and note-taking. With the roll out of the Next Generation Science Standards (NGSS), also known as the NY State Science Learning Standards (NYSSLS), teachers are being asked to make some big changes from the way science has been taught for decades.

The NGSS apply a 3D approach which combines Disciplinary Core Ideas (or topics) with Crosscutting Concepts (such as patterns, cause and effect, and structure & function) and Science & Engineering Practices (like asking questions & defining problems, planning & carrying out investigations, and engaging in argument from evidence). In other words, it's not just about the

Atrás quedaron los días de memorizar ciencias, de los experimentos en los que todos seguían los mismos procedimientos diseñados por el maestro o de la toma de apuntes. Con la implementación del Next Generation Science Standards (NGSS), también conocido como NY State Science Learning Standards (NYSSLS), se pide a los maestros el cambio en la forma en que se ha enseñado ciencias durante décadas.

El NGSS aplica un enfoque 3D que combina ideas básicas con conceptos transversales (como patrones, causa y efecto, estructura y función) y prácticas de ciencia e ingeniería (como hacer preguntas y definir problemas, planificar y llevar a cabo investigaciones, y participar en discusiones a partir de la evidencia). En otras palabras, ya no se trata solo del contenido sino





content anymore. We want to teach students how to think like scientists and be involved in the process by coming up with the questions, helping to design the experiments, and figuring out ways to collect data, and share results.

This path of discovering science means that mistakes will be made and progress will be achieved by going back and revising plans. Students should not be afraid to FAIL because it is their "First Attempt In Learning." There is a lot of emphasis on Engineering and student involvement in creating and using models in the NGSS. This takes time and different students may solve the same problems in vastly different ways. To make time for this sort of learning and exploration, many of the traditional topics of study are no longer required or at least will not be tested on standardized assessments. The new state science tests aligned with the NYSSLS will start in June of 2022 for elementary and middle school students and in June of 2023 and 2024 for high school.

A big part of the NGSS is encouraging students by keeping the wonder of science alive. Curiosity and excitement are the keys to initiating the process of questioning. A valuable way to accomplish this is through the sharing of phenomena or puzzling demonstrations which feed inquisitive minds to explore solutions.

The end goal of this science overhaul is to produce a new generation of problem solvers, not just direction followers with memorization skills. This is a time when we need to encourage all children into engineering and tech-based careers, especially girls who tend to be under-represented in these fields. Our children will be inheriting a world full of serious problems for eager future scientists to solve. ■

de que el estudiante piense como científico y participe en el proceso formulando las preguntas, ayudando a diseñar los experimentos y descubriendo formas de recopilar datos y compartir resultados.

Esta manera de descubrir ciencias implica lograr progreso a prueba y error, llegando de maneras muy distintas a resolver los mismos problemas. Los estudiantes no deben tener miedo a FALLAR ya que es su "primer intento de aprendizaje". Se pone mucho énfasis en la ingeniería y la participación de los alumnos en la creación y uso de modelos del NGSS. Esto conlleva tiempo y para alcanzar este tipo de aprendizaje y exploración, muchos de los temas tradicionales de estudio ya no son necesarios o al menos no se evalúan. Las nuevas pruebas de ciencias estatales alineadas con el NYSSLS comenzarán en junio de 2022 para primaria y secundaria y en junio de 2023 y 2024 para secundaria.

Una gran parte del NGSS es alentar a los estudiantes a mantener viva la maravilla de la ciencia. La curiosidad y la emoción son las claves para iniciar el proceso de cuestionamiento. Una forma valiosa de lograr esto es compartiendo fenómenos o demostraciones desconcertantes que alimentan mentes curiosas a explorar soluciones.

El objetivo final de esta vuelta científica es producir una nueva generación de solucionadores de problemas y no simples seguidores de direcciones con buena memorización. Debemos alentarlos a carreras de ingeniería y tecnología, especialmente a las niñas que tienden a no estar representadas en estos campos. Nuestros hijos heredarán un mundo lleno de serios problemas que necesitará de científicos para resolverlos. ■

Capturando a curiosidade

A nova geração de ensino de ciências

Longe vão os dias de memorizar a ciência, de experimentos em que todos seguiam os mesmos procedimentos projetados pelo professor ou de tomar notas. Com a implementação dos NGSS (Next Generation Science Standards), também conhecidos como NYSSLS (Estado de Nova York), que pede aos professores que mudem a maneira como a ciência é ensinada há décadas.

O NGSS aplica uma abordagem 3D que combina idéias básicas com conceitos transversais (como padrões, causa e efeito, estrutura e função) e práticas de ciência e engenharia (como fazer perguntas e definir problemas, planejar e conduzir pesquisas e participar de discussões da evidência). Em outras palavras, não se trata mais apenas do conteúdo, mas do aluno pensando como cientista e participando do processo, fazendo as perguntas, ajudando a projetar os experimentos e descobrindo maneiras de coletar dados e compartilhar resultados.

Essa maneira de fazer as coisas implica progredir na tentativa e erro, apresentando maneiras muito diferentes de resolver os mesmos problemas.

Os alunos não devem ter medo de falhar, pois é sua "primeira tentativa de aprender". É dada muita ênfase à participação da engenharia e dos estudantes na criação e uso de modelos NGSS. Isso leva tempo e alunos diferentes podem solucionar o mesmo problema de maneiras diferentes. Para haver tempo para alcançar esse tipo de aprendizado e exploração, muitas das disciplinas tradicionais de estudo não são mais necessárias ou pelo menos não avaliadas. Las nuevas pruebas de ciencias alineadas con el NYSSLS comenzarán en junio de 2022 para primaria y secundaria y en junio de 2023 y 2024 para secundaria.

Uma grande parte do NGSS é incentivar os alunos a manterem viva a maravilha da ciência. Curiosidade e emoção são as chaves para iniciar o processo de questionamento. Uma maneira valiosa de conseguir isso é compartilhando fenômenos intrigantes ou demonstrações que alimentam mentes curiosas para explorar soluções.

O objetivo final desse turno científico é produzir uma nova geração de solucionadores de problemas e não simples seguidores de gerenciamento com habilidades de memorização. Devemos incentivar os meninos a carreiras em engenharia e tecnologia, especialmente as meninas que tendem a não estar representadas nesses campos. Nossos filhos herdarão um mundo cheio de problemas sérios que precisarão motivados dos futuros cientistas para resolvê-los. ■

**THE WESTCHESTER
CHILDREN'S
MUSEUM
IS OPEN
YEAR ROUND.**

Next stop:
imagination, wonder,
and discovery.

Learn more at DiscoverWCM.org



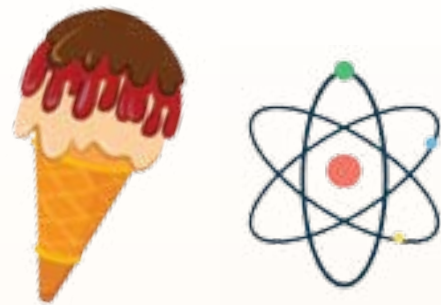
WESTCHESTER CHILDREN'S MUSEUM

Food and science

A delicious experiment!

Ciencia y alimentos

¡Un experimento delicioso!



Try making ice cream in a bag,
ready to eat in 10 minutes!

Ingredients

2 ziplock bags (one big and one small)
1 cup half and half
2 tablespoons sugar
1 teaspoon vanilla extract
3 cups of ice
1/3 cup of Kosher salt
A towel

Instructions

Mix the half and half, vanilla, and sugar in the smaller bag. Push out as much air as possible and seal the bag. Put the ice and salt into the big bag and add the smaller sealed bag as well. Seal the larger bag and wrap it in the towel. Shake the bag for 6 minutes. Then let it sit for 4 minutes more. Remove the smaller bag, open, and serve!

How does this work so quickly?

Adding the salt lowers the freezing temperature of the water which allows the ice cream mixture to get colder faster. Think of other questions you might have about this experiment. Try changing the measurements of the ingredients like the salt and see what happens. Every time we explore in the kitchen, we are practicing science! ■



Haz helado en una bolsa,
¡listo para comer en 10 minutos!

Ingredientes

2 bolsas ziplock (una grande y otra pequeña)
1 cup de half and half (mitad crema, mitad leche)
2 tablespoons de azúcar
1 teaspoon de esencia de vainilla
3 cups de hielo
1/3 cup de sal Kosher o sal gruesa
1 toalla

Instrucciones

Mezcla el half and half, la esencia de vainilla y el azúcar en la bolsa pequeña. Saca la mayor cantidad de aire posible y sella la bolsa. Coloca el hielo y la sal en la bolsa grande y agrega también la bolsa pequeña sellada. Sella la bolsa grande y envuélvela en la toalla. Agita la bolsa durante 6 minutos. Luego déjala reposar durante 4 minutos más. ¡Retira la bolsa pequeña, ábrela y sirve!

¿Cómo es que funciona tan rápido?

La sal disminuye la temperatura de congelación del agua, lo que permite que la mezcla de helado se enfríe más rápido. Piensa en otras preguntas que puedas tener sobre este experimento. Intenta cambiar las medidas de los ingredientes como la sal y ve qué sucede. ¡Cada vez que exploramos en la cocina, estamos practicando ciencias! ■



4 Science Apps

4 Apps de ciencias



FREE | Science Journal

The Google Science Journal App allows you to use your cell phone to record data about many of the conditions around you, including sound, light, magnetism, acceleration, and pressure. You can record your observations and save them in your journal to retrieve later.

La aplicación Google Science Journal te permite usar tu teléfono celular para registrar datos sobre muchas de las condiciones a tu alrededor, incluido el sonido, la luz, el magnetismo, la aceleración y la presión. Puedes registrar tus observaciones y guardarlas en tu diario para más tarde.



FREE | eBird

Scientists at the Cornell Lab of ornithology have made it easy for amateur birders to contribute their sightings and observations of birds to help us better understand bird populations around the world.

Los científicos del laboratorio de ornitología de Cornell han facilitado que los observadores de aves aficionados contribuyan con sus avistamientos y observaciones de aves para ayudarnos a comprender mejor las poblaciones de aves de todo el mundo.



FREE | My Shake

This App, created by researchers from the Seismological Laboratory at UC Berkeley, uses sensors in your phone to gather seismic data and better make models of earthquake activity. This can improve our ability to make accurate predictions in the future.

Esta aplicación, creada por investigadores del Laboratorio de Sismología de la Universidad de California en Berkeley, utiliza sensores en tu teléfono para recopilar datos sísmicos para crear modelos de actividad sísmica. Esto puede mejorar nuestra capacidad de hacer predicciones precisas en el futuro.



FREE | Star Walk 2 Ads + Sky Map AR

You can use this App while gazing at the night sky to identify stars, planets, and the International Space Station.

Puedes usar esta aplicación mientras contemplas el cielo nocturno para identificar estrellas, planetas y la Estación Espacial Internacional. ■

3 Apps to consider

3 Apps a tener en cuenta



FREE | wikiHow

Need help with those home improvement projects? This app offers how-to guides with step-by-step instructions, pictures, and videos. It's free and may save you the cost of hiring a professional for some projects.

¿Necesitas ayuda con esos proyectos de mejoras del hogar? Esta app ofrece guías prácticas con instrucciones paso a paso, imágenes y videos. Es gratis y puede ahorrarte el costo de contratar a un profesional para algunos proyectos.



FREE | RetailMeNot

Save money on the things you buy with RetailMeNot! The app lists deals and coupons from tons of retailers. It also provides personalized recommendations and notifications when new deals arrive.

¡Ahorra dinero en tus compras con RetailMeNot! La aplicación muestra ofertas y cupones de tiendas. También proporciona recomendaciones y notificaciones personalizadas cuando llegan nuevas ofertas.



FREE | Workout Trainer

This workout app has great reviews and includes photos, videos, and audio instructions for a variety of exercises. Whether you're focused on yoga or weightlifting, you can use guidance from this app to get motivated and make a plan.

Esta aplicación de entrenamiento tiene excelentes críticas. Incluye fotos, videos e instrucciones de audio para una variedad de ejercicios, ya sea que estés enfocado en yoga o levantamiento de pesas, puedes usar la app para motivarte y guiarte. ■



***FREE APPS |** You won't be charged for downloading these apps. However, some or all of the features of an app might require you to make a one time or recurring subscription purchase.

No se te cobrará por descargar estas aplicaciones. Sin embargo, algunas o todas las características de una aplicación pueden requerir que realices una compra de suscripción única o recurrente.

Going with the Flow

Helping Your Child Become a Fluent Reader

BY JULIE HELLER
Literacy Specialist

Kids! They're always on the go, and that usually means the faster, the better. Maybe that's why some students turn away from reading? If young readers have trouble learning their sight words or developing automaticity when reading, they are going to have to Slow -- It -- Way -- Down. That might turn them off to reading altogether. According to reading fluency expert Dr. Tim Rasinski, "fluency is at the center of authentic reading," and we all want our children to be real readers.

So, what can you do? Well, the good news is there are a lot of strategies you can use to help your child develop reading fluency, the ability to read with appropriate speed, accuracy, and expression. Helping children become fluent readers means helping them develop automaticity with a large number of words in their vocabulary, and the only way to get there is with deep and consistent practice.

Word Play

- There are a lot of resources out there for rhyming games. PBS has this site www.pbskids.org/games/rhyming to get you started.
- Dr. Rasinski offers two interesting games. One of them is a version of Bingo called "Wordo" that kids will love to play and that you can use to help them practice sight words or learn spelling words thoroughly. Another fun game is to create word ladders. The basic idea is to choose two words that will be the beginning and the end of the game. Think of clues that prompt the players to change a letter. Eventually, you end with the second word. (find both games on page 27)



Bedtime

- Paired reading is a new twist on bedtime reading. You read a page or two and then your child reads a page or two.
- Shared reading invites you and your child to read the same passage together.
- Modeling fluent reading feels more like the traditional bedtime story, but how many times have you felt yourself slipping into a monotone voice? Or drifting off yourself? For the model to be effective in developing fluency, you really need to do the voices! Read with expression. Emphasize what should be emphasized. The whole experience will be more lively and engaging for both you and your children.

Performance

- Write a family skit around a holiday that requires every actor to practice his lines and to eventually perform from memory.
- On the next trip with the family, have everyone join in singing a round. Visit www.bussongs.com/round-songs for classic songs.
- Have an ongoing family contest to recite favorite poems or stories from memory and with expression. Shel Silverstein's poems are a classic. ■

Leyendo con fluidez

Ayudando a tu hijo a convertirse en un lector fluido

palabras de uso frecuente y aprender ortografía. Otro juego divertido es crear escaleras de palabras. La idea básica es elegir una palabra que será el principio del juego y otra que será el final. Piensa en pistas que inciten a los jugadores a hacer un cambio a la vez de la primera palabra hasta que finalmente terminen con la segunda palabra.

(encuentra ambos juegos en la página 27)

Hora de acostarse

- La lectura en parejas es un giro en la lectura a la hora de acostarse. Tú lees una o dos páginas y luego tú hijo lee una o dos más.
- La lectura compartida los invita a leer el mismo pasaje juntos.
- Queremos mostrar a nuestros hijos lo lindo de una lectura fluida, pero ¿cuántas veces hemos caído en una voz monótona? Para que el modelo sea efectivo, ¡realmente necesitas hacer las voces! Leer con expresión y enfatizar lo que debe enfatizarse. Toda la experiencia será más atractiva tanto para ti como para tus hijos.

Actuación

- Escribe una parodia familiar sobre un día festivo que requiera que cada actor practique sus líneas y eventualmente actúe de memoria.
- En el próximo viaje con la familia, haz que todos se unan para cantar en ronda. Visita www.bussongs.com/round-songs para ver canciones clásicas.
- Haz un concurso familiar para recitar poemas o historias favoritas de memoria y con expresión. Los poemas de Shel Silverstein son un clásico. ■

Los niños! Ellos siempre están en movimiento, y esto generalmente significa que cuanto más rápido, mejor. ¿Quizás por eso algunos estudiantes dejan de leer? Si los niños tienen problemas para aprender palabras o desarrollar la automaticidad al leer, deberán "reducir la velocidad". Según el experto en fluidez de lectura, el Dr. Tim Rasinski, "la fluidez está en el centro de la lectura auténtica", y todos queremos que nuestros hijos sean verdaderos lectores.

¿Entonces, qué hacer? La buena noticia es que hay muchas estrategias para que tu hijo desarrolle la fluidez, la precisión y las expresiones adecuadas. Ayudarlo a convertirse en lector fluido significa ayudarlo a desarrollar la automaticidad con una gran cantidad de palabras en su vocabulario, y la única forma de llegar allí es con una práctica profunda y constante.

Juego de palabras

- Hay muchos recursos disponibles para juegos de rimas. PBS ofrece algunos en www.pbskids.org/games/rhyming.
- El Dr. Rasinski presenta dos juegos interesantes. Uno de ellos es una versión de Bingo llamada "Wordo" que a los niños les encantará y les ayudará a practicar

30 Ways to help kids and teens practice kindness

30 formas de ayudar a niños y adolescentes a practicar la amabilidad



By Michele Borba, Ed.D.,
Author of *UnSelfie: Why Empathetic Kids Succeed in Our All-About-Me World*

Kindness is contagious, needs just a small spark to ignite, and spreads quickly. Practicing simple, regular kind acts nurtures empathy, alters behavior, changes a culture, and transforms lives. Kindness is that powerful.

Here are three key takeaways:

First, kindness is strengthened by seeing, hearing, and practicing kindness. The more our children see kindness, the more it becomes contagious and something they want to be part of.

La amabilidad es contagiosa, solo necesitas una pequeña chispa para encenderla y se propaga rápidamente. La práctica de actos simples fomenta la empatía, cambia una cultura y transforma vidas. La amabilidad es así de poderosa.

Aquí hay tres puntos clave:

Primero, la bondad se fortalece al verla, escucharla y practicarla. Cuanto más ven los niños la bondad, más se vuelve contagiosa y algo de lo que quieren ser parte.

Second, kind acts don't have to cost a dime, take much time, or require any particular talent. In fact, the easier the task, the more willing kids are to practice kindness.

Finally, kids must have ample opportunities and encouragement to practice kindness. When kids continue doing simple, regular kind acts, other kids will want to do the same.

I've included 30 simple ways to help children recognize Kindness Power from my book, **UnSelfie: Why Empathetic Kids Succeed in Our All About Me World**. Print them and post them on your refrigerator or classroom door. Then encourage your children to add kind deeds to the list. Or even better, brainstorm your own list as a family or class. Then encourage your children to do at least one kind deed a day until they want to be kind without your prompts or rewards.

1. Take treats like cookies to the fire station to let the responders know you are grateful.
2. Do a chore for someone without them asking.
3. Talk to someone new at school.
4. Ask someone sitting alone to play or eat with you.
5. Write kind thoughts on the sidewalk or at the playground with chalk.
6. Collect used games, books, or toys to donate.
7. Write kind words on Post-its and leave them on lockers, walls, or on family members' pillows.
8. Offer to help make dinner.
9. Clean a room without being asked.
10. Make a homemade gift for someone deserving.
11. Smile at five people.
12. Open the door for someone.
13. Hug your mom or dad.
14. Help a younger brother or sister with homework or other tasks.
15. Wave and say thank you to the crossing guard, postman, policeman, principal, or whoever else deserves thanks or a happy greeting.
16. Let someone go in front of you in line.
17. Offer to take the dog (or a neighbor's dog) for a walk.
18. Organize the clothes you don't wear and put them in a box to donate.
19. Give up your seat on the bus, park bench, subway, or train for someone who looks tired.
20. Volunteer at any kind of shelter or food bank in your community.
21. Find someone you don't know and introduce yourself.
22. Tell someone deserving why they are special or important to you. Be specific.
23. Surprise a friend with a small homemade or inexpensive gift.

En segundo lugar, los actos de amabilidad no tienen que costar dinero, tomar tiempo, ni requieren ningún talento en particular. De hecho, cuanto más simple la tarea, más dispuestos están los niños a practicar la bondad.

Finalmente, los niños deben tener amplias oportunidades y estímulos para practicar la amabilidad. Cuando los niños continúan haciendo actos simples y amables, otros niños querrán hacer lo mismo.

He incluido 30 formas simples para ayudar a los niños a reconocer el Poder de la Bondad de mi libro, **UnSelfie: Why Empathetic Kids Succeed in Our All About Me World**. Imprímelos y cuélgalos en tu refrigerador o en la puerta del aula. Luego, alienta a tus hijos a agregar obras amables a la lista. O incluso mejor, haz una lluvia de ideas sobre su propia lista como familia o clase. Luego, alientalos a que hagan al menos una acción amable al día hasta que quieran ser amables sin ser indicados o recompensados.



1. Lleva golosinas como ser galletas a la estación de bomberos para que ellos sepan que estás agradecido.
2. Ayuda a alguien sin que te lo pidan.
3. Habla con alguien nuevo en la escuela.
4. Pídele a alguien sentado solo que juegue o coma contigo.
5. Con tiza, escribe lindos pensamientos en la acera o en el patio de juegos.
6. Junta juguetes o libros usados para donar.
7. Escribe palabras amables en Post-it y déjalos en los casilleros, paredes o en las almohadas de los miembros de tu familia.
8. Ofrécete a ayudar a preparar la cena.
9. Limpia la habitación sin que te lo pidan.
10. Haz un regalo casero para alguien que lo merezca.
11. Sonríe a cinco personas.
12. Abre la puerta a alguien.



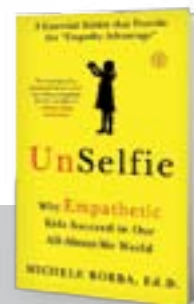


13. Abraza a tu mamá o papá.
14. Ayuda a un hermano o hermana menor con los deberes u otras tareas.
15. Saluda y da las gracias al guardia de cruce, al cartero, al policía, al director o a quien más se merezca un saludo feliz.
16. Deja que alguien vaya delante de ti en la fila.
17. Ofrece pasear al perro (o al perro de un vecino).
18. Organiza la ropa que no usas y ponla en una caja para donar.
19. Entrega tu asiento en el autobús, el banco del parque o el bus a alguien que parezca cansado.
20. Se voluntario en cualquier tipo de refugio o banco de alimentos en tu comunidad.
21. Busca a alguien que no conozcas y preséntate.
22. Dile a alguien merecedor por qué es especial o importante para ti. Se específico.
23. Sorprende a un amigo con un pequeño obsequio casero o económico.
24. Deje una nota anónima en un libro de la biblioteca para que alguien la encuentre y disfrute.
25. Haz sándwiches para dar a una persona sin hogar.
26. Dona mantas viejas o juguetes para perros al refugio de animales local.
27. Regala una manzana a tu maestro con una nota de por qué lo aprecias.
28. Escribe palabras amables en rocas y déjelas en tu patio trasero, parque o patio de juegos.
29. Haz un esfuerzo para contar hasta 10 o respirar lento y profundo cuando comiences a enojarte.
30. ¡Recuerda ser amable contigo mismo para que puedas ser amable con los demás!

Mientras más los niños ven, escuchan y practican la bondad, más probabilidades tendrán de adoptarla como un hábito. La bondad se puede fortalecer como un músculo. Los entrenamientos regulares son cruciales para que se vuelva algo habitual.

Recuerda, los actos de bondad deben ser significativos y variados para cosechar ganancias. ■

Leia esta nota em português em portalmagazineny.com



24. Leave an anonymous kind note in a library book for someone to find and enjoy.
25. Make sandwiches to give to a homeless person.
26. Donate old blankets or dog toys to the local animal shelter.
27. Send an apple to your teacher with a note saying why you appreciate her or him.
28. Write kind words on rocks and leave them in your backyard, park, or, playground.
29. Make an effort to count to 10 or take slow deep breaths when you start to get angry.
30. Remember to be kind to yourself so you can be kind to others!

The more kids see, hear, and practice kindness, the more likely they are to adopt it as a habit. Kindness can be strengthened like a muscle. Regular workouts are crucial for it to become habitual.

Remember, acts of kindness must be meaningful and varied to reap gains. ■

Michele Borba, Ed.D. is an award-winning educational psychologist and an expert in parenting, bullying and character development. She is the author of 22 books including her latest, **UnSelfie: Why Empathetic Kids Succeed in Our All-About-Me World.** Check out: micheleborba.com or follow her on Twitter @micheleborba.



White Plains Youth Soccer

Spring & Summer

SOCCER CAMP

Boys and girls ages 4 to 13 years old



Weekly sessions

SPRING / April 6-10

SUMMER / July 6 to August 28

Half Day \$200 9am - 12pm

Full Day \$300 9am - 4pm

Multi-week specials available

Highlands Middle School

128 Grandview Ave, White Plains

Conducted by U.S. Soccer Federation Professional Licensed Trainers.

Camp Director, Alejandro Galeano 914-924-7266
wpys@hotmail.com / www.wpys.org



WPYS
 Where soccer & entertainment become the goal



PURCHASE COLLEGE

Aquatics

SPRING 2020

Children's Group Lessons

Level 1-6 and *Parent/Child level 1 and 2

March 14 to May 3

6 classes \$165

Saturdays and Sundays

10am, 11am, and 12pm

Spring break dates: April 4, 5, 11, 12

Specialty Classes

Private and semi-private lessons, adult lessons, lifeguarding, and renewals of certifications

All of our instructors are American Red Cross-trained Water Safety Instructors

For more information contact: J. Brian Hansbury
john.hansbury@purchase.edu | 914-251-5938
www.purchaseaquatics.weebly.com





on the go

12 free spring activities

to do in Westchester and surrounding areas

12 actividades gratis

para hacer en Westchester y alrededores

By Laura Saavedra

There are many free activities you can do in Westchester and its surrounding areas this spring. Here are some options:

PEPSICO SCULPTURE GARDEN

PepsiCo shares the ground of its corporate headquarters with the public. Walk in a beautiful garden among sculptures by world renowned artists. The Gardens will reopen in Spring of 2020.

WAVE HILL

This is a 28-acre public garden and cultural center overlooking the Hudson River and Palisades in the Bronx. The admission is free on Tuesdays and Saturdays from 9am-12pm

MUSCOOT FARM

Plan a visit to see the animals and participate in events throughout the year. Most activities are free!

BRONX ZOO

General admission is free all day on Wednesdays. Please consider making a donation to help support their operating costs.

MID-HUDSON CHILDREN'S MUSEUM

This museum offers free admission on the third Saturday of each month for their Family Free Nights from 5 to 8pm. The event is intended for children ages 0-6.

BICYCLE SUNDAYS

The Bronx River Parkway closes to traffic between 10am-2pm starting in May 2020.

SOUTH AND NORTH COUNTY TRAILWAY

The paved trailway spans over 34 miles in Westchester and Putnam counties. It's suitable for walking and biking.

KENSICO DAM

The best park for all ages and for all kinds of activities like walking, running, biking, and ball games is Kensico Dam Park. It also offers a playground and events throughout the year.

HUDSON RIVER GREENWAY

This is one of the most popular places to ride, walk, and jog in New York City. It offers beautiful views of the water and skyline along its paved path.

THE WALKWAY OVER THE HUDSON

This is the world's longest elevated pedestrian bridge. The linear park spans the Hudson River between the Town of Lloyd in Ulster County and the City of Poughkeepsie in Dutchess County. You can walk, bike, or scooter.

THE HOME DEPOT KIDS WORKSHOP

On the first Saturday of each month, kids can participate in building a project from 9am-12pm at participating The Home Depot locations.

LAKESHORE LEARNING STORE

Here you will find a free craft for kids every Saturday from 11am-3pm.



The HomeDepot Kids Workshop



Hudson River Greenway



Kensico Dam

Hay muchas actividades gratuitas que puedes hacer en Westchester y sus alrededores esta primavera. Aquí hay algunas opciones:

PEPSICO SCULPTURE GARDEN

PepsiCo comparte sus jardines con el público. Camina por hermosos jardines entre esculturas de artistas de renombre mundial. Reabrirá en la primavera de 2020.

WAVE HILL

Es un vivero público de 28 acres y centro cultural con vista al río Hudson y Palisades en el Bronx. La entrada es gratuita los martes y sábados de 9 am a 12 pm.

MUSCOOT FARM

Haz una visita para ver los animales y participar de sus eventos anuales. ¡La mayoría de las actividades son gratis!

BRONX ZOO

La entrada es gratuita los miércoles. Considera hacer una donación para ayudar a cubrir costos operativos.

MID-HUDSON CHILDREN'S MUSEUM

Este museo ofrece entrada gratuita el tercer sábado de cada mes para sus Noches Familiares Gratis de 5 a 8pm. El evento está destinado a niños de 0 a 6 años.

BICYCLE SUNDAYS

Bronx River Parkway cierra el transito entre las 10 am y

las 2 pm a partir de mayo de 2020.

SOUTH AND NORTH COUNTY TRAILWAY
Su sendero pavimentado abarca más de 34 millas en los condados de Westchester y Putnam. Ideal para caminar y andar en bicicleta.

KENSICO DAM

Uno de los mejores parques para todas las edades y para todo tipo de actividades como caminar, correr, andar en bicicleta y juegos de pelota. También ofrece un parque infantil y eventos durante todo el año.

HUDSON RIVER GREENWAY

Este es uno de los lugares más populares para montar bicicleta, caminar y correr en NYC. De hermosas vistas al río a todo lo largo de su camino pavimentado.

THE WALKWAY OVER THE HUDSON

Es el puente peatonal elevado más largo del mundo. Se extiende sobre el río Hudson entre la ciudad de Lloyd y Poughkeepsie. Puedes caminar, correr y andar en bicicleta.

THE HOME DEPOT KIDS WORKSHOP

El primer sábado de cada mes, los niños pueden participar en la construcción de un proyecto de 9 am a 12 pm, en las ubicaciones participantes de The Home Depot.

LAKESHORE LEARNING STORE

Aquí encontrarás manualidades gratuitas para niños todos los sábados de 11 am a 3 pm.

Coronavirus (COVID-19) Explained



BY KATRINA SMITH
Science Coordinator,
Rye City School District

What exactly is a virus?

Viruses are tiny parasites that can only reproduce inside the cells of living things. They cannot live on their own without a host. A virus can be spread when an infected person sneezes and tiny air droplets containing copies of the virus are released and come into contact with a new host.

What makes this Coronavirus unique?

There are many types of coronaviruses that have been previously identified with minor symptoms. Some coronaviruses affect only animals and some affect humans. It is believed that this new strand of coronavirus innitually only affected animals. Then infected animals from an open air market in the Wuhan providence of China transmitted the virus to humans, a rare occasion. The World Health Organization has estimated that the mortality rate of this virus could be around 2% (though definitive calculations will come later). In comparison, 0.05% of people who caught the flu this season have died, according to the Center for Disease Control. This means that COVID-19 could be up to 40 times more deadly than the flu. We do not yet know if this virus well be less infectious with the coming of spring and summer.

¿Qué es exactamente un virus?

Los virus son pequeños parásitos que solo pueden reproducirse dentro de las células de los seres vivos. No pueden vivir solos sin un anfitrión. Un virus puede



propagarse cuando una persona infectada estornuda y libera pequeñas gotitas de aire que contienen copias del virus y estas, entran en contacto con un nuevo huésped.

¿Qué hace que este Coronavirus sea único?

Hay muchos tipos de coronavirus que se han identificado previamente con síntomas menores. Algunos coronavirus afectan solo a los animales y otros a los humanos. Se cree que este nuevo grupo de coronavirus inicialmente solo afectó a los animales hasta que en un mercado al aire libre en Wuham, China se transmitió a los humanos, una rara ocasión. La Organización Mundial de la Salud ha estimado que la tasa de mortalidad de este virus podría estar alrededor del 2% (aunque los cálculos definitivos vendrán más adelante). En comparación, el 0.05% de las personas que contrajeron la gripe esta temporada han muerto, según el Centro para el Control de Enfermedades. Esto significa que COVID-19 podría ser hasta 40 veces más mortal que la gripe. Todavía no se sabe si este virus será menos infeccioso con la llegada de la primavera y el verano.

How can you protect yourself and your loved ones?

- Wash your hands regularly (for at least 20 seconds) and clean surfaces that have been frequently touched. Many viruses can survive for days on non-porous surfaces like plastic and stainless steel.
- Avoid touching your eyes, nose, and mouth.
- Stay home if you are not feeling well.
- Cover your cough or sneeze with a tissue and then throw the tissue away.
- It is not necessary to wear a face mask unless you are sick.



¿Cómo pueden tú y tus seres queridos protegerse?

- Lavar las manos regularmente (por al menos 20 seg.) y limpiar las superficies que se han tocado con frecuencia. Muchos virus pueden sobrevivir durante días en superficies no porosas como el plástico y el acero inoxidable.
- Evitar tocarse los ojos, la nariz y la boca.
- No salir de la casa si no se sienten bien.
- Cubrir la boca con pañuelo desechable al toser y estornudar y luego bótarlo.
- No es necesario usar mascarilla al menos que estén enfermos.



Pollen Survival Guide

Spring not only brings warmer weather but also pollen. For many people this can mean annoying allergies. There is not much you can do to avoid pollen, but you can minimize the symptoms.

Here is a pollen survival guide:

- Pollen is most active between 5 am and 10 am, so limit your outside exposure during those times.
- Close windows and doors to keep your home clear of dust and allergens.
- Keeping your A/C filters clean can reduce allergens from circulating around your home.
- Once you are home from your daily activities, change your clothes. This will help to reduce interaction with pollen.
- Avoid line-drying clothes outdoors.
- Shower at night to remove any irritants and to avoid bringing the allergens to your bed.
- Treating allergies with a nasal spray can reduce the symptoms.
- Check with your doctor if you are unresponsive to over-the-counter allergy medication or if your allergies cause you to cough or wheeze.

Guía para sobrellevar alergias

La primavera no solo trae clima cálido sino también polen. Para muchos, esto puede significar alergias molestas. No hay mucho que puedas hacer para evitarlas, pero puedes minimizar los síntomas.

Aquí una guía para sobrellevar la alergia al polen:

- El polen es más activo entre las 5am y 10am. Evita ir al exterior durante este horario.
- Cierra ventanas y puertas para mantener tu hogar libre de polvo y alérgenos.
- Mantener limpios los filtros de A/C reduce la circulación de alérgenos por el hogar.
- Una vez que estés en casa luego de tus actividades diarias, cámbiate de ropa. Esto ayudará a reducir la interacción con el polen.
- Evita secar la ropa al aire libre.
- Dúchate por la noche para eliminar cualquier irritante y evitar llevar los alérgenos a tu cama.
- El tratamiento de las alergias con aerosol nasal puede reducir los síntomas.
- Consulta al médico si los medicamentos de venta libre para la alergia no responden o si tus alergias te provocan tos o respiración con silbido.



2020 SPRING Developmental Clinic Program



Boys and girls ages 4 to 13 years old

8 Sessions

Mondays

April 13th to June 8th, 6-7pm

\$200

Highlands Middle School, Turf Field
128 Grandview Ave, White Plains



To register online for programs and pay by credit card go to: www.wpys.org
Director: Alejandro Galeano 914-924-7266, alejo2384@hotmail.com

free spring activities

March Maple Sugaring / All Ages

Trailside Nature Museum
Ward Pound Ridge Reservation

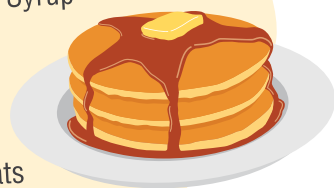
- March 7 – Maple Sugaring: Past to Present
1pm
- March 14 – Sugaring Off Party
12 to 3pm

Muscot Farm

- March 7 – Sugarin' Hike
12 to 3pm
- March 14 – Sugaring
1 to 3pm
- March 15 – Sugaring Off
12 to 3pm
- March 20 – Sugarin' and Suds
5 to 8pm

Lenoir Preserve, Yonkers

- March 14 – Sap to Syrup
10am to 1pm
Free admission
Optional pancake
breakfast with
special maple treats
\$5 per person



March St. Patrick's Day Parades

Peekskill

- March 14
3pm / Downtown Peekskill

White Plains

- Mar 14
12pm / Mamaroneck Ave to City Hall

Eastchester

- March 15
3pm / from the Immaculate Conception School

Yonkers

- Mar 21
1pm / McLean Ave.

Mamaroneck

- March 22
1:30pm / Mamaroneck Ave.

April Easter Egg Hunt

Eastchester

- April 4
2pm / Eastchester Town Hall

Yonkers

- April 11
10am - ages 4 and under
10:30am - ages 5-7
11am - ages 8-10
War Memorial Field



March

- 2 - DIY Cat in the Hat Handprint Painting
Mt. Kisco Public Library
4:30 to 5:30pm / All ages
- 3 - DIY Lion and Lamb Puppets
Mt. Kisco Public Library
4:30 to 5:30pm / All ages
- 4 - Storybook Dancing
White Plains Public Library
10:30 to 11:15am / Pre-school and younger
- 5 - Sunny Scientists
Mt. Kisco Public Library
4:30 to 5:15pm / Young elementary
- 7 - Ecology Club for Families with Special Needs
Rye Nature Center
3:30 to 4:30pm / Children ages 3-8
- 7 - A Festival of Colors
White Plains Public Library
3 to 4pm / Baby to tween
- 14 - Discover Ecosystems-Live Animal Program
Edith G. Read Wildlife Sanctuary, Rye
1pm / All ages
- 16 - A Little Science, A Little Art
Chappaqua Library
2pm / Children ages 2-5 with an adult
- 19 - Movie: Space Jam
White Plains Public Library
6pm / Young elementary, tween
- 19 - Library Lab: Will it or won't it float?
Chappaqua Library
4pm / Grades K-2

April

- 26 - Cherry Blossom Festival
Turnure Park, White Plains
11:30am to 5pm / All ages

May

- 17 - Nyack's Famous Street Fair
10am to 5pm
Downtown Main St, Nyack, NY
- 30 and 31 - Outdoor Arts Festival
Tibbits Park, White Plains
10am to 5pm / All ages

June

- 6 - Truck Day
Gillie Recycling Center, White Plains
10am-2pm / All ages

Repeating Events

- Bilingual Storytime/Cuentos Bilingues
Mondays, March to May 18
11 to 11:30am
Yonkers Riverfront Library
- Bicycle Sundays
Sundays, May to June
10am to 2pm
Bronx River Pkwy - White Plains to Yonkers
- Lakeshore Learning Scarsdale
Saturdays - Crafts for Kids
11am-3pm
- The Home Depot Kids Workshop
First Saturday of the month
9am-12pm
- White Plains Farmers Market
Wednesdays, April 22 through Nov. 25
8am-4pm
Court Street

Portal
magazine

A NEW HILARIOUS COMEDY

El crédito

By Jordi Galcerán

Directed by Fernando Then

Recommended for adult audiences
Performed in Spanish with English supertitles



This comic presentation twists and turns around a loan negotiation between Rafa Sánchez (bank director) and Luis Carlos de la Lombana (Antonio) who is seeking to borrow money. The interaction will captivate you as you try to figure out who is in charge, the borrower threatening to seduce the banker's wife if the loan is not granted or the loan officer who at times seems to recover the reins of negotiation and his life.

This comedy is charming and rich in expression. The relationship between these characters will make you laugh all night! ■

Esta presentación cómica con giros y vueltas en torno a una negociación de un préstamo entre Rafa Sánchez (el director del banco) y Luis Carlos de la Lombana (Antonio) que busca dinero prestado. La interacción entre ambos te cautivará mientras intentas averiguar quién está a cargo de la situación, si el prestatario que amenaza con seducir a la esposa del banquero si no se le otorga el préstamo o si el oficial de préstamos que a veces parece recuperar las riendas de la negociación y de su vida.

Esta es una simpática comedia rica en expresión corporal. ¡La relación entre estos personajes te hará reír toda la noche! ■



TICKETS & INFORMATION
212.225.9999
138 East 27th Street,
New York, NY 10016
repertorio.nyc

Spanish SINO - SI NO

SINO

This is used to contrast a positive concept to a negative one. Se usa para contraponer un concepto positivo a otro negativo.

SI NO

You would use this to introduce a negative conditional sentence. Introduce una oración condicional negativa.

Si no lees esto, nunca aprenderás la diferencia entre sino y si no. En este ejemplo, en cambio, no se escribe separado, sino junto.

Trick: If between SI and NO you can include the word ENTONCES without the sentence losing meaning, then they are written separately.

Truco: Si entre SI y NO puedes incluir la palabra ENTONCES sin que la oración pierda sentido, pues, se escriben separado.

HOUSE or HOME?

HOUSE (as a noun)

This is used to refer to a building: Usamos este cuando hablamos de la estructura en si: *They are three new houses in our neighborhood.*

When we talk about being at someone's house, we can leave out the word *house* and use *at*: Cuando hablamos de estar en la casa de alguien podemos omitir *house* y usar *at*: *The party is at Mike's.*

HOME (as a noun)

This is used in a more personal and emotional way to refer to where someone lives: Es usado en un sentido emocional: *It's not fancy but it's my home.*

We also use *home* with the preposition *at*: También usamos *home* con la preposición *at*: *I left it at home.*

HOME (as an adverb)

It is used as an adverb with verbs of movement such as go, come, and drive. Usado como adverbio de movimiento: TO is not used in these cases: *I'm going home after work.*



Word Ladder Game

How to play:

The basic idea of this game is to choose two words that will be the beginning and the end of the game. Think of clues that prompt the players to change a letter and that solve the clue. Eventually, you end with the second word. Example of Word Ladders: **Spring to Summer**

Cómo jugar:

La idea básica de este juego es elegir dos palabras que serán el principio y el final del juego. Piensa en pistas que inciten a los jugadores a hacer un cambio a la vez y que permita resolver la pista. Finalmente y luego de los cambios, llegarán a la segunda palabra. Ejemplo de Word Ladders: **primavera a verano**

Target Word	Letter Changes Required	Clue
Spring		
String	Chg 1	A thread.
Sting	- 1	What a bee does when it is angry.
Sing	- 1	To make music with one's voice.
Sling	+ 1	A hanging bandage suspended from the neck to support an injured arm.
Slim	- 2, + 1	Thin, not fat or thick.
Slime	+ 1	A thick and slick liquid produced by animals. Also called mucous.
Slimmer	+ 2	More slim. Mary was slimmer than Margaret.
Simmer	- 1	To heat something just below the boiling point.
Summer	Chg 1	Another season.

Wordo

This game is just like BINGO but with words instead of letters.

1. Pull a list of 25 words from a reading, the current news, sight words, etc.
2. Write each word on an index card, put them in a bowl, and post the list for the players to see.
3. Children choose words to enter in the squares on their WORDO board.
4. You pull words and call them out. Players cover them with a chip (or a penny) as they hear them and yell out WORDO when they have a row or column filled.

W	O	R	D	O

Este juego es como el BINGO pero con palabras en lugar de letras

- Crea una lista de 25 palabras de alguna lectura, de las noticias, de palabras de uso frecuente, etc.
- Escribe cada palabra en una tarjeta de índice, colócalas en un tazón y publica una lista para que los jugadores la vean.
- Los niños eligen palabras para ingresar en los cuadrados de su tablero WORDO.
- Sacar palabras del tazón y anunciarlas para que los jugadores las cubren con una ficha (o una moneda). Deben gritar WORDO cuando tienen una fila o columna llena.

Rasinski, Tim. "Resources." Timothy Rasinski. www.timrasinski.com/resources. 12 February, 2020.




do it yourself

Milk Jug Garden Shovel

Pala de jardín con envase de leche



Nanaz K. from Avon, CT sent us these eco friendly ideas to share with you. 

Introduce your children to recycling cast-off objects!

You will need: A plastic milk jug, a marker, and scissors.

Instructions:
• Draw a shovel shape onto the milk jug as shown in the picture. Cut along the lines and you will be ready for the fun!

Note: not all plastic jugs are strong enough for digging. ■

¡Introduce a tus hijos al reciclaje de objetos de desecho!

Necesitarás: Una jarra de leche plástica, un marcador y tijeras.

Instrucciones:
• Dibuja una pala en la jarra con el marcador, como se muestra en la imagen. Corta las líneas y estarás listo para la diversión.

Nota: no todos los envases son lo suficientemente fuertes para excavar. ■



More eco friendly ideas . Más ideas ecológicas

Broken or gently used crayons often get thrown out in the trash. Encourage your kids to collect crayons which can be melted in the oven or microwave and molded into new crayons.

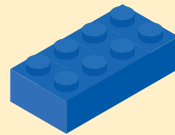


Recicla las tarjetas de cumpleaños y postales no deseadas eliminando la parte escrita a mano y adjúntales una página en blanco con pegamento o cinta adhesiva. Considera vender las nuevas tarjetas como una forma de recaudar fondos para una organización sin fines de lucro.

Los crayones rotos o usados a menudo se tiran a la basura. Anima a tus hijos a recolectarlos para derretirlos en el horno o en el microondas y moldearlos en crayones nuevos.

Recycle unwanted old birthday and holiday cards by tearing off the handwritten and attaching it to a blank page with glue or tape. Consider selling the new cards as a way of raising funds for a non-profit.

Loose Lego and puzzle pieces can be glued onto paper for art projects.



Piezas de rompecabezas y Lego sueltas, pueden pegarse en papel para proyectos de arte.

Collect gently used yoga mats, linens, towels, and blankets to donate to animal shelters for cats

and dogs to sleep on instead of sleeping on the hard floors.

Recoje colchonetas de yoga, ropa de cama, toallas y mantas usadas suavemente para donar a los refugios de animales para que los gatos y los perros duerman en ellas en lugar de dormir en los pisos duros.

Old calendars, maps, newspapers, and artwork can be use to create great gift wrap.

Los calendarios, mapas, periódicos y trabajos de arte pueden usarse para crear un excelente envoltorio de regalo.



community

SIERRA DEODHARI

The Karate Kid from Somers

A 6th grader at Somers Middle School

Una estudiante de 6to grado de Somers Middle School

For the past few years Sierra Deodhari, a 6th grader from Somers, has been quietly making a name for herself in the karate world and is now emerging as one of the country's advanced competitors in her age group.

Sierra began practicing karate at the age of three when her dad took her to a local karate school. "Karate has taught me about honor, respect, and integrity. It has helped me to become a better student in school and it helped me to become more focused, goal oriented, and very confident. Stay in school, do what you love to do, and stay away from drugs," she said.

Sierra is a dedicated athlete, she practices five to six days a week for several hours. She has won numerous competitions in the US and around the world. In July 2019, she was the gold medalist for the USA National Karate Federation. Sierra also won the NYS Division Title and went on to win the American Junior Karate League division.

Sierra said, "If you can see it in your mind you can do it." ■

During the last few years, Sierra Deodhari, a 6th grader from Somers, has been quietly making a name for herself in the karate world and is now emerging as one of the country's advanced competitors in her age group.

Sierra comenzó a practicar karate a los tres años cuando su padre la llevó a una escuela local de karate. "Karate me ha enseñado sobre honor, respeto e integridad. Me ha ayudado a ser una mejor estudiante y me ha ayudado a estar más centrada, orientada a objetivos y muy confiada. Enfócate en la escuela, haz lo que te gusta hacer y mantente alejado de las drogas", dice.

Sierra es una atleta dedicada, practica de cinco a seis días a la semana durante varias horas. Ella ha ganado numerosas competiciones en los Estados Unidos y en todo el mundo. En julio de 2019, fue medallista de oro para la Federación Nacional de Karate de EE. UU. Sierra también ganó el título de la División del Estado de Nueva York y ganó la división de la Liga Americana de Karate Junior.

Sierra dice: "Si puedes verlo en tu mente, puedes hacerlo". ■



ADVERTISE WITH US



Send us your story: info@portalmagazineny.com

Portal magazine

The following codes are intended to be use to participate in upcoming events from Portal Magazine. For more information, follow us on Facebook. Los siguientes códigos están destinados a ser utilizados para participar en los próximos eventos de Portal Magazine. Para más información, síguenos en Facebook.

- Code #1 - S101
- Code #2 - S102
- Code #3 - M103
- Code #4 - M104
- Code #5 - M105
- Code #6 - M106

Portal magazine

914-792-8483
sales@portalmagazineny.com
www.portalmagazineny.com

Dinner in 15 minutes

Cena en 15 minutos



Rice Spring Rolls

Ingredients

Rice paper wrappers
Filling ideas: basil, lettuce leaves, carrots, pepper, onions, cucumber, bean sprouts, cooked shrimp, diced meat, chopped peanuts, fresh herbs, noodles.
2 tbsp of fresh lime juice
2 tbsp of soy sauce
1 tbsp of sugar
1 tsp red pepper flakes
Salt and pepper to taste

Instructions

Dipping sauce:

- mix the fresh lime juice, the soy sauce, the sugar, and the red pepper flakes. Set aside.

Filling:

- Chop your chosen vegetables or slice them into fine strips and season to taste. If you are adding meat or fish, chop into small pieces. Also, if you are adding noodles, cook them first.
- Set up a large flat bowl with warm water. Slide in one of the wrappers. After 30 seconds, take it out and carefully place it on a work surface.
- Fill and fold as shown on the wrapper package.
- Place the finished rolls on a platter but avoid stacking the rolls on top of one another, as they will likely stick together.
- Serve immediately or cover rolls with a damp paper towel and plastic wrap.

Ingredientes

Papel de arroz
Ideas de relleno: albahaca, lechuga, zanahorias, cebolla, pimiento, pepino, brotes de soja, camarones cocidos, carne picada, maní picado, hierbas frescas, fideos.
2 cucharadas de jugo de lima fresco
2 cucharadas de salsa de soja
1 cucharada de azúcar
1 cucharadita de pimiento rojo deshidratado
Sal y pimienta a gusto

Instrucciones

Salsa de acompañamiento:
Mezcla el jugo de lima fresco, la salsa de soja, el azúcar y el pimiento rojo. Dejar de lado...

[Sigue leyendo en español en portalmagazineny.com](http://portalmagazineny.com)

Fun Flower Cookies . Divertidas galletas de flores

Ingredients: sugar cookie dough, colored sugars, and jellybeans

Instructions: make balls of cookie dough. Set colored sugars in bowls and coat each ball. Place them on a cookie sheet. With a sharp knife, cut each ball into wedges and indent the center with your thumb. Once they are baked, immediately put 1 jellybean in the center of each cookie. Cool and store.

Ingredientes: masa de galleta de azúcar, azúcar de color y gominolas.

Instrucciones: colocar el azúcar de color en tazones. Hacer bolas con la masa de galleta y pasarlas por el azúcar. Colocarlas en una bandeja de hornear. Con un cuchillo afilado, cortar cada bola en rodajas y pulsar el centro con el dedo. Una vez horneadas, poner inmediatamente 1 gominola en el centro de cada galleta.



Creating design since 2003



WEBSITE DESIGN

Starting at \$25 per month

Website Design . Web Development . SEO . Social Media

GRAPHIC DESIGN SERVICES

Logo Design . Flyer and Brochure Design . Estimates and Invoices Design
Magazine Design . Packaging Design

HABLAMOS ESPAÑOL

TWO POINTS Design

(914) 924-9738
WWW.TWOPPOINTSDESIGN.COM

Once upon a Child[®]
Scarsdale, NY

455 Central Park Ave,
Scarsdale, NY
Tel. (914) 874-5535
10am-8pm



**We buy and sell
gently used clothes, toys, and equipment**

SELL
venda

BUY
compre

REPEAT
repita

Once upon a child[®]



20% OFF
Total Purchase

Coupon required. May not be combined with any other discount or offer.
Must be presented at time of purchase. Expires: 06/30/2020
Valid only at the Scarsdale location.



www.onceuponachildscarsdale.com