Dear Families,

We are excited to let you know that your child will be participating in the Children's Emotional Wellness (CHEW) Program. This program was created by Extraordinary Lives Foundation (ELF) and is empowered by Piggie Bear.

Piggie Bear is the mascot of the Extraordinary Lives Foundation and central character of the CHEW program. He was created as a fun, and relatable character that empowers children by teaching them to recognize, understand, and manage their emotions, while also encouraging positive self-talk and guiding them to express their feelings in healthy, constructive ways.

CHEW is a 5-day program with daily 15-30 minute lessons led by the classroom teacher. The lessons and activities align with the Collaborative for Academic Social and Emotional Learning (CASEL) core competencies. In the daily lessons, your child will be learning about calming and coping skills, using positive words, identifying feelings and emotions, kindness and friendship skills, and strategies to feel happy.

ELF's mission is to improve children's mental health and emotional wellness by providing educational tools, resources, and awareness events. We are honored to share the CHEW Program as part of September being Children's Emotional Wellness Month. Emotional wellness involves learning about one's feelings and having the strategies to cope and be resilient when things get tough.

Materials and resources will be available for use at home. This includes recorded stories, songs, and videos. These materials can be utilized by and with your children as often as they like; and will support them to implement self-affirming habits, coping skills, and build confidence. You can find our resources at www.elfempowers.org/resources - or scan the QR code below.

With Kindness,

Extraordinary Lives Foundation

Estimadas familias:

Nos complace informarles que su hijo participará en el programa Children's Emotional Wellness (CHEW). Este programa fue creado por Extraordinary Lives Foundation (ELF) y cuenta con el respaldo de Piggie Bear.

Piggie Bear es la mascota de la Extraordinary Lives Foundation y el personaje central del programa CHEW. Fue creado como un personaje divertido y cercano que empodera a los niños enseñándoles a reconocer, comprender y gestionar sus emociones, al tiempo que fomenta un diálogo interno positivo y los guía para expresar sus sentimientos de manera saludable y constructiva.

CHEW es un programa de 5 días que incluye lecciones diarias de 15 a 30 minutos impartidas por el maestro del aula. Las lecciones y actividades se alinean con las competencias fundamentales de la Colaboración para el Aprendizaje Académico, Social y Emocional (CASEL). En las lecciones diarias, su hijo aprenderá técnicas para mantener la calma y afrontar situaciones, el uso de palabras positivas, a identificar sentimientos y emociones, habilidades relacionadas con la amabilidad y la amistad, y estrategias para sentirse feliz.

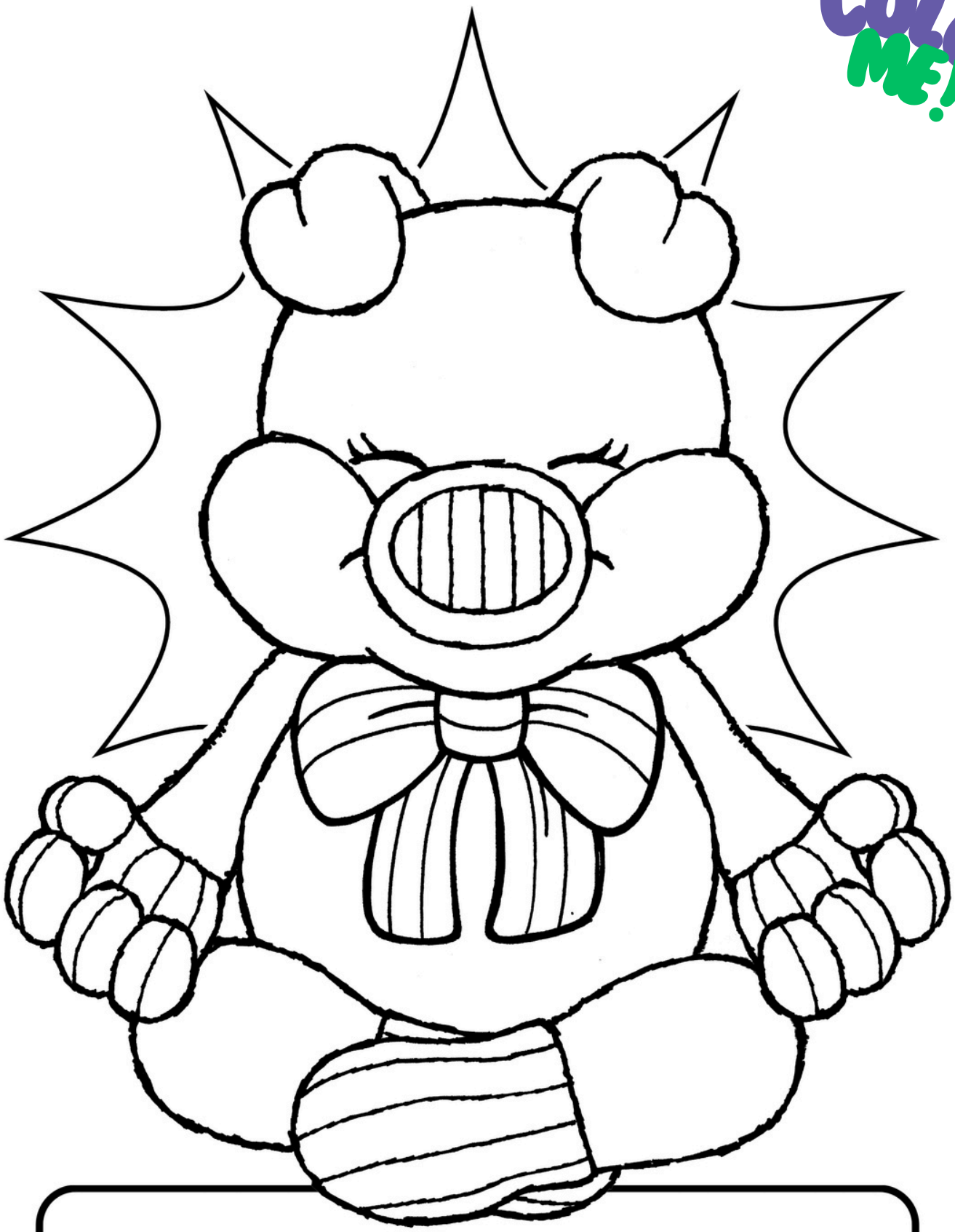
La misión de ELF es mejorar la salud mental y el bienestar emocional de los niños mediante la provisión de herramientas educativas, recursos y eventos de concientización. Es un honor para nosotros presentar el programa CHEW en el marco de la celebración de septiembre como el Mes del Bienestar Emocional Infantil. El bienestar emocional implica aprender sobre las propias emociones y contar con estrategias para afrontar las dificultades y desarrollar resiliencia ante la adversidad.

Habrá materiales y recursos disponibles para usar en casa, incluyendo historias grabadas, canciones y videos. Sus hijos podrán utilizarlos tantas veces como deseen; estos materiales les ayudarán a desarrollar hábitos de autoafirmación, habilidades para afrontar situaciones difíciles y fortalecer su confianza. Puede encontrar nuestros recursos en www.elfempowers.org/resources o escaneando el código QR que aparece a continuación.

Con amabilidad,

Extraordinary Lives Foundation

COLOR ME!



SAY: "I AM PEACEFUL!"


I AM
AMAZING!

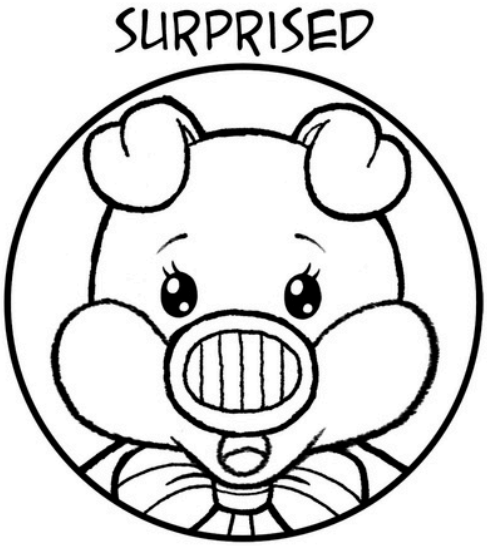
Feelings Chart

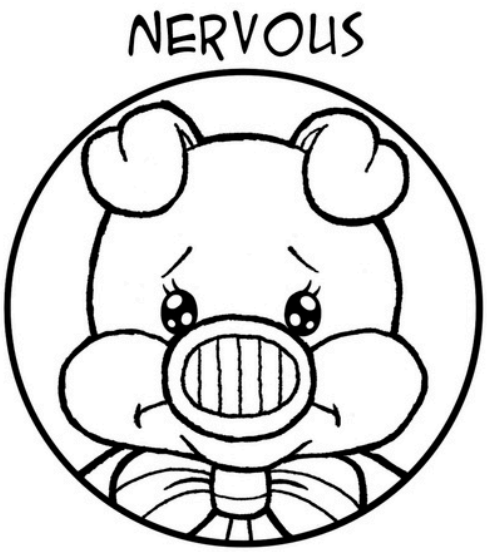








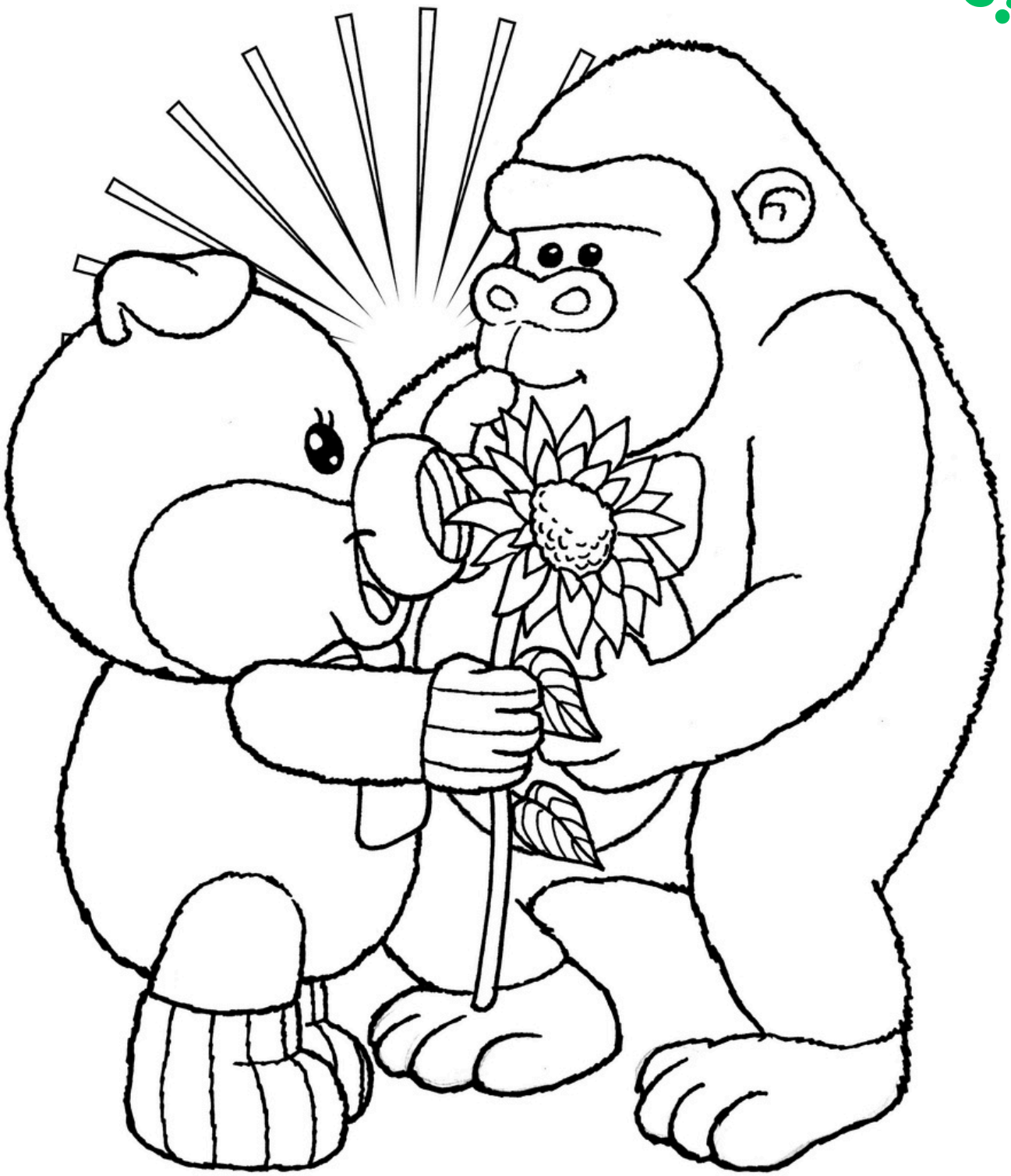












SAY: "I AM A KIND PERSON!"


SAY: "I AM HAPPY" & PUT
ON YOUR HAPPY FACE