



St. Francis
de Sales | School
for the Deaf

260 Eastern Parkway
Brooklyn, NY 11225

Voice: 718-636-4573

VP: 347-227-0891

Fax: 718-636-4577

school@sfdesales.org

sfdesales.org

Follow us at [@sfdesales](https://www.instagram.com/sfdesales)

April 2, 2020

Dear SFDS Family,

Hope all of you are doing well and trying to cope with the “new normal” created by COVID-19. These are difficult times where our normal everyday lives have been turned upside down causing stress and anxiety on so many different levels. It is not just the adults, the young ones are also overwhelmed and perplexed trying to understand the Coronavirus and its implications. It is natural for everyone to feel anxious amongst this global pandemic. However, it's critical to take care of our physical and mental health in order to function better as individuals and as well as support our young ones effectively.

The State Education Department has sent this memo that has been attached, offering guidelines and resources to promote physical and psychological well-being. I hope it will be a helpful tool to overcome some of the anxieties and as well as answer some critical questions the young ones might have. The guide is also available in other languages and you can get them by clicking on specific language highlighted on the memo.

Sincerely,

Shyla Solomon

School Social Worker

Querida Familia de SFDS

Espero que estén bien y tratando de lidiar con esta “nueva normalidad” causada por el COVID-19. Estos son tiempos difíciles donde nuestro diario vivir se ha vuelto boca abajo causándonos tensión y ansiedad a diferentes niveles. No sólo los adultos sino también los jóvenes están abrumados y perplejos tratando de entender el Coronavirus y sus implicaciones. Es natural para todos sentir ansiedad en medio de esta pandemia global, sin embargo es muy importante que nuestra salud física y mental esté en orden para funcionar mejor como individuos y también para apoyar a nuestros jóvenes de una manera efectiva.

Adjunto a este correo electrónico hay un informe de El Departamento de Educación del Estado, el cual ofrece recomendaciones y recursos para su bienestar físico y psicológico. Espero que sea una herramienta de ayuda y que le sirva para superar algunas de sus ansiedades y también le pueda ayudar a contestar preguntas cruciales a los jóvenes.

Estas recomendaciones están disponibles en otros lenguajes. Para acceder haga clic en el lenguaje específico resaltado en el informe.

[talking-about-covid-19-memo-3-26-2020](#)