



**Edmund W. Miles Middle School**  
501 Route 110, Amityville, NY 11701

**Mr. Edward Plaia**  
Principal  
631-565-6200

**Mr. Earl Mitchell**  
Assistant Principal

**Mr. Paul Duguay**  
Assistant Principal  
Fax 631-789-1655

April, 2019

Dear Parents/Guardians,

The students at EW Miles Middle School have been participating in a Mindful Education program which addresses the social-emotional learning of all students. Mindful Education is a scientifically-based method currently used in public schools across our nation that holds great promise for the students at our school. This program offers children tools which they are then able to utilize not only in school, but in all aspects of their lives.

The practice of mindfulness helps relieve stress, provides coping mechanisms, and serves to alleviate negative behaviors such as bullying, and over reacting in certain situations. Mindful Education encourages students to make healthier life choices, thus creating an increase in self-esteem, an improvement in academic focus, and enhances their overall well-being.

We will have a **Mindful Seminar** for parents on Wednesday, May 1, 2019 in the middle school library. We will begin at 6:30 p.m. We are inviting you, so you will be able to learn more about this essential practice. If you have any questions, please do not hesitate to call. Thanks for your support!

Regards,

Ed Plaia  
Principal



**Edmund W. Miles Middle School**  
501 Route 110, Amityville, NY 11701

**Mr. Edward Plaia**  
Principal  
631-565-6200

**Mr. Earl Mitchell**  
Assistant Principal

**Mr. Paul Duguay**  
Assistant Principal  
Fax 631-789-1655

Abril de 2019

Estimados Padres / Guardianes,

Los estudiantes de EW Miles Middle School han estado participando en un programa de Educación Consciente que aborda el aprendizaje socioemocional de todos los estudiantes. **Mindful Education** es un método con base científica que se usa actualmente en las escuelas públicas de todo el país y que tiene una gran promesa para los estudiantes de nuestra escuela. Este programa ofrece a los niños herramientas que luego pueden utilizar no solo en la escuela, sino en todos los aspectos de sus vidas.

La práctica de la atención plena ayuda a aliviar el estrés, proporciona mecanismos de afrontamiento y sirve para aliviar los comportamientos negativos, como el acoso, y sobre reaccionar en ciertas situaciones. Mindful Education alienta a los estudiantes a tomar decisiones de vida más sanas, lo que crea un aumento en la autoestima, mejora el enfoque académico y mejora su bienestar general.

Tendremos un **Seminario Consciente** para padres el 1 de mayo de 2019 en la biblioteca de la escuela intermedia. Comenzaremos a las 6:30 p.m. Le invitamos, para que pueda aprender más sobre esta práctica esencial. Si tiene alguna pregunta, no dude en llamarnos. ¡Gracias por su apoyo!

Saludos,

Ed Plaia  
Director de escuela