

NORTH CHICAGO

# COUNSELING, COLLEGE, & CAREER NEWSLETTER

September/October 2018

North Chicago Community High School is proud to present the Counseling, College and Career Coaching Department. The team is made up of Counselors: Ruth Buchberger, Randi Kreiter, Tiffani Scott, and College and Career Coaches: Veronica Albarran, Tara Cook, Courtney Valentine (Director), and Trendelle Vaughn, and is designed to promote persistence towards on time graduation and post-secondary success planning. Our collaborative efforts will provide optimal supports regarding one-on-one, personal, academic, and college and career advisement.

## CCC Highlights

We have successfully launched Naviance, a college and career readiness program that offers self-discovery, and helps guide students in the direction of **Enrollment, Enlistment, or Employment**. Our goal is to make sure that *every NCCHS student graduates within 4 years and has a solid post-secondary plan.*

### What can you do on Naviance?

- Find Your Career Match
- Research Colleges & Careers
- View Career Videos
- Scholarship Information
- Find Your Strengths
- And More!

### Department Highlights:

- Naviance accounts created for all students
- Senior Meetings completed

## Class of 2022: Are You On Track?

Did you know that *Freshman who are on-track at the end of their first year of high school are **4 times more likely to graduate on time*** than those who are not?

What does it mean to be on track at North Chicago? **Passing all of your classes and earning at least 6 credits by the end of the year.**

We are here to make sure you get on track and stay on track!

Be on the lookout for Freshman Seminars during your study hall, Academic Bootcamps to catch up on work, the class of 2022's on-track rate and fun incentives for being on track!

**Parents:** Check your child's PowerSchool account to monitor their on-track status. Contact your Counselor for Parent/Student PowerSchool information!

## Important Dates

9/28—**Freshman Seminars during Study Halls**

**ACT:** Saturday, October 27th      **SAT:** Saturday, October 6th

10/01—**FILE YOUR FAFSA**

**FAFSA Completion Workshops:** October 3rd & October 10th 3pm—7pm (LRC)

**Academic Bootcamps:** September 26th & October 10th

**College Presentations 11:30 am in D009:** Aveda Institute of Chicago (9/25), Xavier University of Louisiana (9/27), University of Wisconsin— Lacrosse (10/10), Lincoln College (10/11)

**Counselors:** (847) 505-7227 or tscott@d187.org (A-F); rbuchberger@d187.org (G-N); rkreiter@d187.org (O-Z)

**College/Career:** (847) 505-7294 or cvalentine@d187.org

NORTH CHICAGO

# COUNSELING, COLLEGE, & CAREER NEWSLETTER

September/October 2018

## September is...

### National Suicide Awareness Month

#### 5 NO-NONSENSE TIPS TO HELP SOMEONE IN CRISIS

**1. Ask direct questions**

Even though it's hard, ask a person directly if they're thinking about suicide.

**2. Listen to their answers**

People with suicidal thoughts often feel alone, so be sure to let them know that you care deeply about what they have to say.

**3. Do a safety check**

If you're concerned for their well-being, try removing anything they could use to harm themselves, such as alcohol, drugs, medications, weapons, and even access to a car.

**4. Don't keep this a secret**

Let them know you'll help come up with a plan that involves telling a professional who can utilize the many services and resources available to help.

**5. Ensure they seek professional help**

Unless you work in the mental health industry, it's important to suggest they seek additional help from other people, such as a doctor, counselor, psychologist or social worker.

### National Suicide Prevention Hotline

**1-800-273-8255** (available 24 hours)

## Tips for Academic Success

- Get a good night's sleep
- Arrive to school on time & attend your classes
- Stay up to date with assignments
- Check PowerSchool daily

## Get Money For College!

### Free Application for Federal Student Aid (FAFSA)

#### Is your senior planning on going to college?

If yes, the student and parent must complete the FAFSA at [www.fafsa.ed.gov](http://www.fafsa.ed.gov).

#### The FAFSA opens on October 1st.

Colleges use the FAFSA to determine how much money they will give you to go to their college. Please create an FSA ID for both the student and the parent at [www.fsaaid.ed.gov](http://www.fsaaid.ed.gov) before you start the FAFSA.

The College and Career Center will host FAFSA workshops where you can get help filling out the FAFSA. Please look at upcoming dates for more information.

#### What if I'm Undocumented?

If your *student* is undocumented and does not have a social security number, they will not be able to complete the FAFSA. However, there are other financial aid resources, such as scholarships, that your student can receive. See your *College & Career Coach!*



Counselors: (847) 505-7227 or [tscott@d187.org](mailto:tscott@d187.org) (A-F); [rbuchberger@d187.org](mailto:rbuchberger@d187.org) (G-N); [rkreiter@d187.org](mailto:rkreiter@d187.org) (O-Z)

College/Career: (847) 505-7294 or [cvalentine@d187.org](mailto:cvalentine@d187.org)

NORTH CHICAGO

# COUNSELING, COLLEGE, & CAREER NEWSLETTER

September/October 2018

La Escuela Secundaria Comunitaria de North Chicago está orgullosa en presentarle el Departamento de Asesoramiento, Entrenamiento Universitario y Profesional. El equipo está compuesto por los consejeros: Ruth Buchberger, Randi Kreiter, Tiffani Scott y entrenadores universitarios: Veronica Albarran, Tara Cook, Courtney Valentine (Directora) y Trendelle Vaughn, y está diseñado para promover la persistencia hacia la graduación a tiempo y planificación de éxito post secundaria. Nuestros esfuerzos de colaboración proporcionarán apoyos óptimos con respecto a la asesoría individual, académica, universitaria y profesional.

## Lo más Destacado de Asesoramiento, Entrenamiento Universitario y Profesional

Hemos lanzado con éxito Naviance, un programa de preparación universitaria y profesional que ofrece el autodescubrimiento, y ayuda a guiar a los estudiantes en la dirección de **Inscripción, Reclutamiento, o Empleo**. Nuestro objetivo es asegurarnos de que cada estudiante de la Escuela Secundaria de North Chicago se gradúe dentro de los 4 años y que tenga un plan de educación superior sólido.

### Qué puedes hacer en Naviance?

- Encuentra tu carrera
- Investigar universidades y carreras
- Ver videos de carreras
- Información sobre becas
- Encuentra tus fortalezas
- ¡Y más!

### Aspectos Destacados del Departamento:

- Cuentas de Naviance creadas para todos los estudiantes
- Reuniones completadas para los estudiantes de último año

## Clase de 2022: **Estas en buen camino a graduarte?**

Sabías que los estudiantes de noveno que están en buen camino a graduarse al final de su primer año de secundaria tienen **4 veces más posibilidades de graduarse a tiempo** que aquellos que no lo están

¿Qué significa estar en buen camino a graduarse en North Chicago? **Aprobar todas sus clases y obtener al menos 6 créditos para el final del año.**

¡Estamos aquí para asegurarnos que estés en buen camino a graduarte y permanezcas así!

Esté atento a los Seminarios para estudiantes de primer año durante el periodo del salón de estudio, los Campos de entrenamiento académicos para ponerse al día con el trabajo, la tasa de seguimiento de la clase de 2022 y los divertidos incentivos por seguir en el buen camino a graduarse.

**Padres:** Verifique la cuenta de PowerSchool de su hijo para monitorear su estado de graduación. ¡Comuníquese con su consejero para obtener información sobre PowerSchool de padres y estudiantes!

## Fechas Importantes

9/28— **Seminarios para los estudiantes de primer año durante el periodo de estudio**

**ACT:** Sábado, 27 de octubre     **SAT:** Sabado, 6 de octubre

10/01— **PRESENTAR SU FAFSA**

**Talleres para llenar la Aplicación de FAFSA:** 3 y 10 de octubre de 3pm—7pm (LRC)

**Campos de entrenamiento Academico:** 26 de septiembre y 10 de octubre

**Presentación de Universidades a las 11:30 am en Do09:** Avenida Institute of Chicago (9/25), Xavier University of Louisiana (9/27), University of Wisconsin— Lacrosse (10/10), Lincoln College (10/11)

Counselors: (847) 505-7227 or tscott@d187.org (A-F); rbuchberger@d187.org (G-N); rkreiter@d187.org (O-Z)

College/Career: (847) 505-7294 or cvalentine@d187.org

NORTH CHICAGO

# COUNSELING, COLLEGE, & CAREER NEWSLETTER

September/October 2018

## Septiembre es...

### Mes Nacional de Concientización sobre el Suicidio

#### 5 CONSEJOS SENSATOS PARA AYUDAR A ALGUIEN EN CRISIS

##### 1. Hacer preguntas directas

Aunque es difícil, preguntarle a la persona directamente si ellos están pensando acerca de suicidarse.

##### 2. Escuchar sus respuestas

Las personas con pensamientos suicidas a menudo se sienten solos, así que asegúrese de hacerles saber que se preocupa profundamente por lo que tienen que decir.

##### 3. Haz un control de seguridad

Si le preocupa su bienestar, intente eliminar todo lo que pueda usar para hacerse daño, como alcohol, drogas, medicamentos, armas e incluso acceso a un automóvil.

##### 4. No mantener esto en secreto

Hágales saber que ayudará a crear un plan que implica decirle a un profesional el cual puede utilizar los muchos servicios y recursos disponibles para ayudarle.

##### 5. Asegúrate de que busquen ayuda profesional

A menos que trabaje en la industria de la salud mental, es importante sugerir que busque ayuda adicional de otras personas, como un médico, consejero, psicólogo o trabajador social.

Línea telefónica nacional de prevención del suicidio

**1-800-273-8255** (Disponible las 24 horas)

## Consejos para el éxito académico

- Duerma bien por la noche
- Llegue a la escuela a tiempo y asista a sus clases
- Manténgase al día con las tareas
- Verifique PowerSchool diariamente

## ¡Obtenga Dinero para la Universidad!

Solicitud Gratuita de Ayuda Federal para Estudiantes (FAFSA)

### *Su estudiante de último año planea asistir a la universidad?*

Si es así, el estudiante y el padre debe completar la FAFSA en [www.fafsa.ed.gov](http://www.fafsa.ed.gov).

### **FAFSA abre el 1 de octubre.**

Las universidades usan la FAFSA para determinar cuánto dinero le darán para ir a la universidad. Por favor, cree una identificación de FSA para el estudiante y el padre en [www.fsaid.ed.gov](http://www.fsaid.ed.gov) antes de empezar el FAFSA.

El Centro Universitario y Profesional organizará talleres de FAFSA en los que puede obtener ayuda para completar la FAFSA. Por favor mira las próximas fechas para más información.

### ¿Qué pasa si soy indocumentado?

Si su estudiante no está documentado y no tiene un número de seguro social, no podrá completar la FAFSA. Sin embargo, hay otros recursos de ayuda financiera, como becas, que su estudiante puede recibir. *¡Consulte a su entrenador universitario y profesional!*



Counselors: (847) 505-7227 or [tscott@d187.org](mailto:tscott@d187.org) (A-F); [rbuchberger@d187.org](mailto:rbuchberger@d187.org) (G-N); [rkreiter@d187.org](mailto:rkreiter@d187.org) (O-Z)

College/Career: (847) 505-7294 or [cvalentine@d187.org](mailto:cvalentine@d187.org)