

Dear Parent or Guardian:

Assembly Bill No. 2246, which was approved by Governor Brown on September 26, 2016, requires each school and education agency serving grades 7-12 to adopt a policy on pupil suicide prevention before the 2017-18 school year.

To proactively address this issue, Double Peak School is partnering with North County Lifeline's HERE Now program to provide a "Check Your Mood Week" filled with discussions about emotions and ways to help your friends.

The teen years are marked by a roller-coaster ride of emotions—difficult for teens, their parents, and educators. It is easy to misread depression as normal adolescent turmoil; however, depression (among the most common of mental illnesses) appears to be occurring at a much earlier age, and the past decade has seen teen suicide rates double.

Our goals in participating in this program are straightforward:

- To help our students understand that depression is a treatable illness, and help them assess whether or not they may have symptoms consistent with depression
- To explain that suicide is a preventable tragedy that often occurs as a result of untreated depression
- To provide students training in how to identify serious depression and potential suicidality in a friend
- To impress upon teens that they can help themselves or a friend by taking the simple step of talking to a responsible adult about their concerns

On **Wednesday, December 11th from 6 - 7 pm** North County Lifeline will facilitate an informative Parent Meeting discussing the SOS Signs Suicide® Prevention Program as well as a discussion about bullying and bullying prevention. North County Lifeline will also present in the SOS Signs Suicide® Prevention Program for one 50 minute period starting on **Monday, December 16**, following each presentation youth will be asked to complete a demographic survey and a card stating whether or not they have questions or concerns regarding the presentation for themselves or for a friend. Those students with questions or concerns will be able to speak with a North County Lifeline staff member and will be referred to their school for further resources along with North County Lifeline's assessment. If you are concerned, we encourage you to speak with your son or daughter and follow up with a mental health professional for a complete evaluation.

If you do **NOT** wish your child to participate in "Check Your Mood Week", please complete the form below and return it to the Double Peak School Counseling Department to the attention of Janine Gale. If we do **not** hear from you, we will assume your child **has permission** to participate in this program.

If you have any questions or concerns about this program please do not hesitate to contact me at janine.gale@smusd.org

Sincerely,

Janine Gale

Double Peak School

I _____ [Name of Parent/ Guardian], do not give permission for _____ [Name of Student] to participate in the "Check Your Mood Week", to take place starting December 17.

(X) _____
[Signature of Parent/Guardian]

Queridos Padres y/o Guardián Legal:

El proyecto de ley de la Asamblea No. 2246, que fue aprobado por Gobernador Brown el 26 de septiembre de 2016, requiere que cada escuela y agencia educativa que sirve a los grados 7-12 adopte una política sobre la prevención del suicidio antes del año escolar.

DPS está colaborando con el programa de HERE Now de North County Lifeline para implementar una semana de “Reconoce tus Emociones.” Tendrán discusiones sobre emociones, la salud mental y como ayudar a los demás.

La adolescencia es marcada por muchos cambios escolares, físicos y emocionales. Esta temporada es difícil para adolescentes, sus padres, y maestros. Es fácil para malinterpretar la depresión como algo normal durante la adolescencia. Es importante saber que la depresión se está desarrollando en jóvenes y en la última década, se ha multiplicado la cantidad de suicidio en adolescentes.

Nuestras metas para este programa incluyen:

- Ayudar a nuestros estudiantes entender que la depresión se puede tratar y evaluar si están enseñando ciertos síntomas consistentes con la depresión.
- Explicar la importancia de tratamiento para la depresión; el suicidio es prevenible.
- Preparar los estudiantes para identificar señales de depresión o suicidio en sus amigos
- Hablar con un adulto de confianza de sus preocupaciones por un amigo o por sí mismo.

El Miércoles **Diciembre 11th**, de 6-7 pm North County Lifeline tendrá una Reunión de Padres informativa sobre el Programa de Prevención de Suicidios de SOS Signos, así como una discusión sobre la intimidación y la prevención de la intimidación. North County Lifeline también presentará en el Programa de Prevención de Suicidio SOS Signos durante un período de 50 minutos empezando el Lunes **Diciembre 16**. Después de cada presentación, los estudiantes llenaran una encuesta demográfica y una hoja que da la opción por si tienen alguna pregunta o están preocupados por un amigo o si mismo. Los estudiantes que tengan una pregunta o preocupación hablaran con un miembro del equipo de North County Lifeline y serán referidos a su escuela para obtener más recursos, junto con la evaluación de North County Lifeline. Si está preocupado, los invitamos a que hablen con su hijo/a y también se comuniquen con algún profesional de la salud mental.

Si **NO** quiere que su hijo/a participe en la semana de “Reconoce tus Emociones,” favor de llenar esta forma y entregarla a Double Peak School Departamento de Consejería, a la atención de Janine Gale, Consejera. Si **no entrega la forma**, asumiremos que su hijo/a **tiene permiso de participar**.

Si tiene alguna pregunta o duda del programa, favor de contactar al janine.gale@smusd.org.

Gracias,
Janine Gale
Double Peak School

Yo _____ [Nombre de Padre/Guardián Legal], no le doy permiso a _____
[nombre del estudiante] que participe en la semana de “Reconoce tus Emociones” el día de Diciembre 17.

X _____
[Firma del Padre/Guardián Legal]