

Estimado padre o guardián legal,

La ley estatal AB - 2246, conocido en inglés como Assembly Bill No. 2246, fue aprobada por el gobernador Brown el 26 de septiembre del 2016, la cual requiere que cada escuela y agencias estudiantiles sirviendo a estudiantes del séptimo al doceavo grado (7-12) que adopten una póliza en la prevención del suicidio estudiantil antes del año escolar del 2017-2018.

Para abordar este problema de manera proactiva, Double Peak School está colaborando con North County Lifeline y el Programa AQUÍ Ahora, conocido en inglés como HERE Now, para proveer servicios **virtuales** **“Semana de revisa tu humor,”** la cual estará llena de discusiones sobre las emociones y formas de ayudarse a sí mismos y a sus amigos.

Los jóvenes están marcados por una montaña rusa de emociones – difíciles de navegar para los jóvenes, padres y educadores. Es fácil malinterpretar la depresión como alguna confusión adolescente normal; sin embargo, la depresión (entre las enfermedades más comunes de salud mental) suele suceder a una edad mucho más temprana, y en la última década se han visto doblar las tarifas de suicidio entre los jóvenes. **Además de estos desafíos, los estudiantes y familias están enfrentando mayor estrés y aislamiento a causa de COVID-19 y el mandato estatal de quedarse en casa.**

Nuestras metas en participar en este programa son sencillas:

- Ayudar a nuestros estudiantes a entender que la depresión es una enfermedad tratable y ayudarles a que determinen si es que tengan o no síntomas consistentes con la depresión.
- Explicarles que el suicidio es una tragedia prevenible y que suele suceder a causa de depresión no tratada
- Proporcionar a los estudiantes entrenamiento de cómo identificar la depresión severa y el potencial de suicidio en un amigo/amiga.
- Compartir con los jóvenes que ellos pueden ayudarse a sí mismos o a una amigo/a al tomar pasos simples de hablar responsablemente con un adulto sobre sus preocupaciones.

El Wednesday, November 4 el Programa de North County Lifeline HERE Now facilitará **“Una discusión en la reunión de padres”** en los temas de señales de suicidio del programa de prevención de suicidio conocido en inglés como SOS Signs Suicide® Prevention Program al igual que discutir acerca de temas del acoso y la prevención del acoso conocido en inglés como “bullying”.

North County Lifeline presentará en el programa del programa de prevención de suicidio (SOS Signs Suicide® Prevention Program) por un periodo de 50 minutos iniciando a November 10. Después de cada presentación, les pediremos a los jóvenes que completen una encuesta demográfica y una tarjeta donde puedan indicar si tienen o no preguntas o preocupaciones propias o en cuanto a una amigo/a acerca de la presentación. Aquellos estudiantes que tengan preguntas o preocupaciones podrán hablar con un empleado/a de San Diego Youth Services y serán referidos a sus escuelas para recibir recursos adicionales junto con la evaluación de parte de San Diego Youth Services. Si usted está preocupado/a, le motivamos a que hable con su hijo/a y consulte con un especialista de salud mental para una evaluación completa.

Puede haber una instancia donde alguna preocupación sea compartida con el personal de HERE Now por algún colega o adulto de confianza en cuanto a un estudiante que han indicado que **“ellos no necesitan hablar.”** En este tipo de circunstancias el personal de HERE Now hablara con este estudiante en particular.

Debido al aprendizaje a distancia, todas las citas serán proporcionarán virtualmente, en una plataforma aprobada y que sigue las pólizas de HIPAA. Antes de la cita del estudiante, los padres o guardián legal necesitan estar de acuerdo con el formulario de consentimiento de North County Lifeline para ofrecer servicios de Telesalud. Si es

que la custodia es compartida, ya sean ambos padres o el guardián asignado para servicios de salud mental necesitan firmar la forma para servicios de Telesalud.

Para asegurar el bienestar de los estudiantes, los padres, guardián, o adulto necesitan estar en la casa durante la sesión, en caso de una emergencia. En caso de que se presente un problema de seguridad, un plan de seguridad será creado y compartido con los guardianes o padres del cliente.

Si usted **NO** desea que su hijo/a participe en “**Semana de revisa tu humor,**” favor de completar la forma abajo y regrésela a su escuela (**Double Peak School Counseling Department to the attention of Janine Gale**). Si **no** escuchamos de usted, asumiremos que su hijo/a tiene permiso a participar en este programa.

Si tiene alguna pregunta o preocupación sobre este programa por favor no dude en contactarme [janine.gale@smusd.org].

Sinceramente,

Janine Gale

School Counselor

Yo _____ [Nombre del Padre/ Guardián], no doy permiso a que _____ [Nombre del estudiante] participe en el programa de “**Semana de revisa tu humor,**” que tomara a cabo en la semana de diciembre 17.

(X) _____
[Firma del Padre/ Guardián]

Needs a few updates base on changes made to english versión.

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 San Diego Youth Services 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 señas 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, de **Insert Time** San Diego Youth Services 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. San Diego Youth Services también presentará en el Programa de Prevención de Suicidio SOS Signos durante un período de 50 minutos empezando el **Insert Date HERE**. 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 San Diego Youth Services y serán referidos a su escuela para obtener más recursos, junto con la evaluación de San Diego Youth Services. Si está preocupado, los invitamos a que hablen con su hijo/a y también se comunique con algún profesional de la salud mental.

Puede haber casos donde un compañero o un adulto de confianza comparta una preocupación con el personal de HERE Now con respecto a un estudiante que ha indicado que “no necesita hablar”. En estos casos el personal de HERE Now se pondrá en contacto con ese estudiante.

Si **NO** quiere que su hijo/a participe en la semana de “Reconoce tus Emociones,” favor de llenar esta forma y entregarla a **Your School (Do not translate)** Departamento de Consejería, a la atención de **Your Name, 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 **Youremail.com.**

Gracias,

Your Name,

Your School (Do not translate)

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]