Hello Kindergarten Parents!

Today your child participated in P.A.T.H., Prevention & Awareness for Total Health, curriculum Lesson 4: Making the "No" Choice. The students learned today that it okay for them to say no if someone is asking them to do something they don't feel comfortable doing. If they know the choice would be wrong or against the rules, they must be prepared and feel confident and say, "No." The purpose of this lesson was to instill the ability for each student to be able to say no to substance use, harmful choices, or dangerous situations.

Did You Know?

It is normally easier for a child to say "No" when they have practiced with their parent/guardian because they know you are giving them permission. Students can feel more confident when they are prepared with the possibility of facing tempting choices.

Tips:

- Share with your child examples in your family's terms about refusing unhealthy substances.
- Reiterate the importance of honesty.
- Review the names of the people who would be trusted Go-To People.
- Rather than taking a "Just say no" approach, explain reasons for making the "no" choice. Children need to understand why they're saying no in order to apply it to a different situation.

Helplines/Resources

Kids Health from Nemours – site with physical and mental health information. This site contains information for parents, kids, and teens. https://kidshealth.org/

path Prevention & Awareness for Total Health

© 2024 ThriveWay, LLC. All rights reserved.

¡Hola, padres de kindergarten!

Hoy su hijo/a participó en el plan de estudios P.A.T.H., Prevención y Concientización para la Salud Total Lección 4: Tomar la decisión "No". Los estudiantes aprendieron hoy que está bien que digan que no si alguien les pide que hagan algo con lo que no se sienten cómodos. Si saben que la elección sería incorrecta o contraria a las reglas, deben estar preparados y sentirse seguros y decir "No". El propósito de esta lección fue inculcar la habilidad de cada estudiante para poder decir no al uso de sustancias, elecciones dañinas o situaciones peligrosas.

¿Sabías?

Normalmente es más fácil para un niño decir "No" cuando ha practicado con su padre / tutor porque sabe que usted le está dando permiso. Los estudiantes pueden sentirse más seguros cuando están preparados con la posibilidad de enfrentar elecciones tentadoras.

Consejos para:

- Comparta con su hijo/a ejemplos en los términos de su familia sobre cómo rechazar sustancias nocivas para la salud.
- Reitere la importancia de la honestidad.
- Revise los nombres de las personas en las que se confiaría, Personas a las que acudir.
- En lugar de adoptar un enfoque de "simplemente diga no", explique las razones para tomar la decisión de "no". Los niños necesitan entender por qué dicen que no para poder aplicarlo en una situación diferente.

líneas de ayuda / recursos

Kids Health de Nemours: sitio con información sobre salud física y mental. Este sitio contiene información para padres, niños y adolescentes. https://kidshealth.org/

path Prevention & Awareness for Total Health

© 2024 ThriveWay, LLC. All rights reserved.