

Mental Health Matters 2025



Transforming
Mental Health

Free Mental Health Webinar Series for Parents and Caregivers to Support the Youth in their Lives



This webinar series will provide information on common mental health challenges faced by youth today and will offer information, tips, and tools for parents and guardians. It is offered through a partnership with the San Diego County Office of Education and medical and mental health experts with the Transforming Mental Health Initiative at Rady Children's Hospital-San Diego. Rady Children's is on the forefront of youth mental health and wellness and is dedicated to improving the mental health of all children. Spanish interpretation will be provided.

All webinars

5:30 to 6:30 p.m.

Followed by an optional, 15-minute question and answer session with the presenter

Jan. 15 Building Belonging:
Turning the Tide on Bullying
Hilary Bowers, M.D., FAAP
<https://sdcoe.k12oms.org/918-259119>

Mar. 19 Stress, Resilience, and
the Power of Support
Katherine Nguyen Williams, Ph.D.
<https://sdcoe.k12oms.org/918-259122>

Feb. 19 Hope and Healing:
Understanding Self-Harm
and Supporting Youth
Jason Schweitzer, M.D.
<https://sdcoe.k12oms.org/918-259120>



Contact:
Donny Ojeda
858-292-3898
donald.ojeda@sdcoe.net

Participants may be photographed for use in promotional and/or news materials.

The San Diego County Office of Education is committed to ensuring equal, fair, and meaningful access to employment and education services. SDCOE does not discriminate in its employment practices or educational programs and activities on the basis of race, color, national or ethnic origin, ancestry, age, religion or religious creed, marital status, pregnancy or parental status, physical or mental disability or handicap, sex or gender, gender/transgender identity and expression, sexual orientation, military or veteran status, political affiliation, genetic information, a perception of one or more of such characteristics, association with a person of group with one or more of these actual or perceived characteristics, or any other characteristic protected under applicable federal, state or local law as applicable to educational services and/or employment. More detailed SDCOE policies and regulations can be found at www.sdcoe.net/about-sdcoe



In accordance with the Americans with Disabilities Act, if you need special accommodations to participate, please contact Donny Ojeda donald.ojeda@sdcoe.net at least 48 hours in advance. For a fully accessible version of this information please go to:

La Salud Mental es Importante 2025



Transforming
Mental Health

Serie de seminarios web gratuitos sobre la salud mental para que padres y cuidadores apoyen a los jóvenes en sus vidas



Estos seminarios web proporcionarán información sobre los retos más comunes de salud mental que enfrentan los jóvenes hoy en día y ofrecerá información, consejos y técnicas para padres y cuidadores. La serie se ofrece por medio de una colaboración de la Oficina de Educación del Condado de San Diego con expertos en medicina y salud mental de la Iniciativa de Transformación de la Salud Mental de Rady Children's Hospital-San Diego. Rady Children's está a la vanguardia de la salud mental y el bienestar juvenil y está dedicado a mejorar la salud mental de todos los niños. Habrá interpretación al español.

Todos los seminarios web

5:30 a 6:30 p.m.

Seguidos de una sesión opcional de 15 min. de preguntas y respuestas con el presentador

Ene. 15 Fomentar un sentido de pertenencia: Cambiando el curso del "Bullying"
Hilary Bowers, M.D., FAAP
<https://sdcoe.k12oms.org/918-259119>

Mar. 19 Estrés, resiliencia y el poder del apoyo
Katherine Nguyen Williams, Ph.D.
<https://sdcoe.k12oms.org/918-259122>

Feb. 19 Esperanza y sanación: Comprender la autolesión y apoyar a los jóvenes
Jason Schweitzer, M.D.
<https://sdcoe.k12oms.org/918-259120>



Para más información, contactar: Donny Ojeda
858-292-3898
donald.ojeda@sdcoe.net

Los participantes pueden ser fotografiados para uso en materiales promocionales y/o de noticias.

La Oficina de Educación del Condado de San Diego se compromete a garantizar un acceso igualitario, justo y significativo a los servicios de empleo y educación. SDCOE no discrimina en sus prácticas laborales o programas y actividades educativas por motivos de raza, color, origen nacional o étnico, ascendencia, edad, religión o credo religioso, estado civil, embarazo o estado parental, discapacidad física o mental o discapacidad, sexo o género, identidad y expresión de género/transgénero, orientación sexual, condición militar o veterana, afiliación política, información genética, percepción de una o más de esas características, asociación con una persona de grupo con una o más de estas características reales o percibidas, o cualquier otra característica protegida bajo la ley federal, estatal o local aplicable según corresponda a los servicios educativos y/o al empleo. En www.sdcoe.net/about-sdcoe se pueden encontrar políticas y regulaciones más detalladas de SDCOE.



De acuerdo con la Ley de Estadounidenses con Discapacidades, si necesita adaptaciones especiales para participar, comuníquese con Donny Ojeda donald.ojeda@sdcoe.net con al menos 48 horas de anticipación. Para obtener una versión completamente accesible de esta información, visite: sdcoe.net/