

Estimados Padres

Nuestra escuela está comprometida al bienestar completo y la salud para toda la vida de su niño/a; por lo tanto, durante todo el año, utilizaremos el currículo basado en pruebas P.C.S.T. Prevención y Conciencia Para la Salud Total (P.C.S.T.) es una estrategia que incluye a toda la escuela para abordar los temas mandados, promover habilidades positivas para manejar la presión, y fortalecer la edificación del carácter. El propósito de este currículo completo y de grado específico es enfocarse en áreas de prevención crítica y expandir a más habilidades de la vida diaria y de las características. Los contenidos del programa proveen tres lecciones para cada de los cuatro temas: el acoso escolar, el abuso de sustancias, tipos del abuso, y la autolesión/el suicidio; además, tres lecciones de nivel multigrado para la prevención de la violencia.

Cada fase de desarrollo para los alumnos de la secundaria y de la preparatoria lleva sus propios retos y oportunidades. Nosotros tratamos de equipar a cada alumno con herramientas personales las que pueden ayudarlos a combatir estos retos, proteger la salud física y la seguridad, alimentar la bondad, mejorar relaciones, fomentar el bienestar mental, mantener la perspectiva, utilizar habilidades positivas para manejar la presión, y fortalecer la resiliencia. Queremos que nuestros alumnos hagan más que sobrevivir - ¡Queremos que prosperen!

Creemos que las escuelas y las familias deben trabajar juntas para el mejoramiento del niño entero, y nuestra comunicación con ustedes es un factor clave de ese objetivo. Estamos emocionados de compartir esta información con ustedes mientras utilizamos P.C.S.T. con la meta de dar poder a los alumnos para tomar decisiones las que protegerán su seguridad, mejorar la conectividad, y fomentar la salud física y mental para toda la vida. **Consideramos este proceso una colaboración en curso y recomendamos los siguientes enlaces para proveer información adicional para criar a los niños en un mundo cambiante y difícil.**

Líneas de Ayuda y Recursos:

Recomendamos los siguientes enlaces para proveer información adicional para criar a los niños en un mundo cambiante y difícil.

EL ACOSO ESCOLAR:

- Detener al acoso escolar
<https://espanol.stopbullying.gov/>
- Señales de Advertencia del Acoso
<https://espanol.stopbullying.gov/acoso-escolar-mkis/se%C3%B1ales-de-advertencia>
- Prevención de la violencia
[Youth.gov/youth-topics/violence-prevention](https://youth.gov/youth-topics/violence-prevention)

EL ABUSO DE SUSTANCIAS

- Kids Health from Nemours
<https://kidshealth.org/es/parents.html/>
- SAMHSA Línea de Ayuda 1-800-662-HELP / Prevención del abuso de sustancias y la enfermedad mental
<https://www.samhsa.gov/find-help/prevention>
- El Centro de Adicción
<https://drugfree.org/recursos-en-espanol/>

EL ABUSO

- Childhelp National Child Abuse Línea de Ayuda 1-800-4-A-CHILD (800-422-4453)
- Erin's Law (información para los padres)
<https://www.erinslaw.org/for-parents/#>

EL ABUSO (que continúa)

- Stop It Now For Tips and Creating a Family Safety Plan <https://stopitnow.org/help-guidance/prevention-tools>
- Do Something
<https://www.dosomething.org/us/facts/11-facts-about-child-abuse>

LA SALUD MENTAL

- National Suicide Prevention Línea de Ayuda 1-800-273-TALK
<https://988lifeline.org/?scrlybrkr=db21f3dd>
- National Institute of Mental Health
<https://www.nimh.nih.gov/health/topics/espanol>
- The Jason Foundation
<https://jasonfoundation.com/about-us/jason-flatt-act/>
- American Psychological Association Public Education Línea de Ayuda - 1-800-964-2000 <https://www.apa.org/topics/parenting>
- National Federation of Families for Children's Mental Health
<https://www.ffcmh.org/>

NOTA IMPORTANTE: Estamos emocionados de ofrecer P.C.S.T. a nuestros alumnos. Si usted prefiere que su niño no participe en estas lecciones, favor de contactar a la escuela por escrito, explicando que prefiere que su niño no participe. Como padre o tutor, es posible que desee guardar las líneas de ayuda y los recursos adjuntos para referencia si alguna vez los necesita para su alumno o para usted mismo.