



Chula Vista Elementary School District

Join the fun at CVESD University!

CVESD invites district families to attend CVESD University, a series of engaging and informative workshops offered in partnership with Brain Balance of San Diego. These sessions are designed to provide practical strategies, research-based insights, and tools that families can use at home to support their child's success and overall well-being. All workshops will be held at the district office, located at 84 East J Street, in Chula Vista. Light refreshments and childcare will be available.

2026-27 School Year Schedule

ADHD: Attention & Focus

Thursday, September 10, 2026 | 9–10 a.m.

Learn why many children struggle with attention, focus, impulsivity, and executive functioning, and how these challenges can impact daily life. Families will leave with practical tools, insights into root causes, and accommodation strategies.

Understanding Dyslexia

Tuesday, October 20, 2026 | 9–10 a.m.

Dyslexia is the most commonly diagnosed learning difference. This session will explore common myths, the impact of dyslexia on learning, and evidence-based strategies to support effective interventions.

Brain Health for Adults

Wednesday, December 2, 2026 | 9–10 a.m.

You've heard of neuroplasticity; now you can learn how to use it. Discover the key pillars of brain health and best practices for supporting cognitive, physical, social, and emotional well-being at any stage of life.

Managing Meltdowns & Behaviors

Wednesday, February 17, 2027 | 9–10 a.m.

Understand why some children are more prone to meltdowns or defiant behaviors. Learn strategies to promote positive behavior, reduce disruptions, and effectively prevent and manage emotional outbursts.

Neurodiversity 101

Tuesday, March 2, 2027 | 4–5 p.m.

We all know someone who is neurodivergent. Learn about the most common neurodevelopmental experiences like ADHD, Anxiety, Dyslexia, and Sensory Processing Disorder, plus actionable steps to not only improve your own functioning but also to better support and be inclusive of others.

Understanding Anxiety

Thursday, April 15, 2027 | 4–5 p.m.

Did you know 1 in 3 people experience anxiety at some point in their lives? Learn what's happening in the brain that leads to emotional dysregulation, rigidity, excessive worry, and fear—and practice tools to manage anxiety effectively.

For more information, contact commsoffice@cvesd.org.

Learn more at cvesd.org



84 East J Street, Chula Vista, CA 91910 • (619) 425-9600



Distrito de Escuelas Primarias de Chula Vista

¡Acompañenos en la diversión en la CVESD University!

El CVESD invita a las familias del distrito a asistir a la CVESD University, una serie de talleres dinámicos e interesantes ofrecidos en colaboración con Brain Balance de San Diego. Estas sesiones están diseñadas para proporcionar estrategias prácticas, conocimientos basados en investigaciones y herramientas que las familias pueden usar en casa para apoyar el éxito y el bienestar general de sus hijos. Todos los talleres se llevarán a cabo en la oficina del distrito, ubicada en 84 East J Street, Chula Vista. Se ofrecerán refrigerios ligeros y cuidado infantil.

Calendario del ciclo escolar 2026-2027

TDAH: atención y concentración

Jueves, 10 de septiembre de 2026 | 9–10 a.m.

Aprenda por qué muchos niños presentan dificultades en la atención, en la concentración, en la impulsividad y en el funcionamiento ejecutivo, y cómo estos desafíos pueden afectar la vida diaria. Las familias obtendrán herramientas prácticas, información sobre las causas principales y estrategias de adaptación.

Comprendiendo la dislexia

Martes, 20 de octubre de 2026 | 9–10 a.m.

La dislexia es la dificultad de aprendizaje más comúnmente diagnosticada. Esta sesión explorará mitos frecuentes, los efectos de la dislexia en el aprendizaje y estrategias basadas en evidencia para apoyar intervenciones eficaces.

Salud cerebral para adultos

Miércoles, 2 de diciembre de 2026 | 9–10 a.m.

¿Ha escuchado sobre la neuroplasticidad? Ahora puede aprender cómo utilizarla. Descubra los pilares clave de la salud cerebral y las mejores prácticas para apoyar el bienestar cognitivo, físico, social y emocional en cualquier etapa de la vida.

Cómo manejar rabietas y conductas

Miércoles, 17 de febrero de 2027 | 9–10 a.m.

Comprenda por qué algunos niños son más propensos a tener rabietas o conductas desafiantes. Aprenda estrategias para promover conductas positivas, reducir alteraciones y prevenir y manejar eficazmente los estallidos emocionales.

Neurodiversidad 101

Martes, 2 de marzo de 2027 | 4–5 p.m.

Todos conocemos a alguien que es neurodivergente. Venga y aprenda sobre las experiencias del neurodesarrollo más comunes, como el TDAH, la ansiedad, la dislexia y el trastorno del procesamiento sensorial, además de estrategias prácticas para no sólo mejorar su propio funcionamiento, sino también para apoyar mejor a los demás y ser más inclusivo con ellos.

Comprendiendo la ansiedad

Jueves, 15 de abril de 2027 | 4–5 p.m.

¿Sabía que 1 de cada 3 personas experimenta ansiedad en algún momento de su vida? Aprenda qué sucede en el cerebro que provoca la desregulación emocional, la rigidez, la preocupación excesiva y el miedo, y obtenga herramientas para manejar la ansiedad de manera efectiva.

Para más información, contactar a commsoffice@cvesd.org.

Para más información visite cvesd.org



84 East J Street, Chula Vista, CA 91910 • (619) 425-9600