



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 and WishWell. 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

Hard Talks, Strong Bonds, Presented by WishWell

Thursday, August 20, 2026 | 4–5 p.m.

Does your child shut down, avoid hard conversations, or struggle to talk about big feelings? Families will learn how to open honest, age-appropriate conversations, building a foundation of trust and psychological safety at home.

ADHD: Attention & Focus, Presented by Brain Balance of San Diego

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, Presented by Brain Balance of San Diego

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.

Inside Their Minds: How Kids Think & Feel Presented by WishWell

Thursday, November 12, 2026 | 4–5 p.m.

Wondering what's really behind your child's behavior? Families will learn about the developing mind, so reactions make more sense and responses feel less reactive.

Brain Health for Adults, Presented by Brain Balance of San Diego

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.

Mood Decoder & The Emotions Map Presented by WishWell

Thursday, January 21, 2027 | 4–5 p.m.

Does your child have big feelings that are hard to manage? Families will learn what's behind their children's behavior and build skills to support them through overwhelming moments.

For more information, contact commsoffice@cvesd.org.

Learn more at cvesd.org



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



2026-27 School Year Schedule (Continued)

Managing Meltdowns & Behaviors, Presented by Brain Balance of San Diego

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, Presented by Brain Balance of San Diego

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, Presented by Brain Balance of San Diego

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.

Social Superpowers: Making Friends & Getting Along, Presented by WishWell

Thursday, May 20, 2027 | 4–5 p.m.

Families will discover practical ways to nurture friendship skills at home by focusing on everyday moments where empathy, sharing, and kindness naturally develop.

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

¡Acompáñenos 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 y WishWell. 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

Conversaciones difíciles, lazos fuertes, presentado por WishWell

Jueves, 20 de agosto de 2026 | 4–5 p.m.

¿Su hijo se cierra, evita conversaciones difíciles o tiene dificultades para hablar sobre sentimientos intensos? Las familias aprenderán cómo iniciar conversaciones honestas y apropiadas para la edad, construyendo una base de confianza y seguridad psicológica en el hogar.

TDAH: atención y concentración, presentado por Brain Balance of San Diego

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, presentado por Brain Balance of San Diego

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.

En su mundo interior: cómo piensan y sienten los niños, presentado por WishWell

Jueves, 12 de noviembre de 2026 | 4–5 p.m.

¿Se pregunta qué hay realmente detrás del comportamiento de su hijo? Las familias aprenderán sobre la mente en desarrollo, para que las reacciones tengan más sentido y las respuestas se sientan menos reactivas.

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



Calendario del ciclo escolar 2026-2027 (Continuación)

Salud cerebral para adultos, presentado por Brain Balance of San Diego

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.

Decodificador del estado de ánimo y el mapa de las emociones, presentado por WishWell

Jueves, 21 enero de 2027 | 4-5 p.m.

¿Su hijo tiene sentimientos intensos que son difíciles de manejar? Las familias aprenderán qué hay detrás del comportamiento de sus hijos y desarrollarán habilidades para apoyarlos en momentos abrumadores.

Cómo manejar rabietas y conductas, presentado por Brain Balance of San Diego

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 básica, presentado por Brain Balance of San Diego

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, presentado por Brain Balance of San Diego

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.

Superpoderes sociales: hacer amigos y llevarse bien, presentado por WishWell

Jueves, 20 de mayo de 2027 | 4-5 p.m.

Las familias descubrirán maneras prácticas de fomentar habilidades de amistad en el hogar, enfocándose en momentos cotidianos donde la empatía, el compartir y la amabilidad se desarrollan de manera natural.

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