

# Dear Parents,

Our school is committed to your child's complete wellness and life-long health; therefore, throughout the year, we will be utilizing the evidence-based P.A.T.H. curriculum. Prevention and Awareness for Total Health (P.A.T.H.) is a school-wide approach to address mandated topics, promote positive coping, and strengthen character building. The purpose of this grade-specific, comprehensive curriculum is to concentrate on critical prevention areas and expand into additional life skills and character traits. The program contents provide three lessons for each of the four domains: bullying, substance abuse, types of abuse, and self-harm/suicide.

Each developmental phase for middle and high school students brings its own unique set of challenges and opportunities. We strive to equip our students with personal tools which will help them combat those challenges, protect physical health and safety, foster kindness, enhance relationships, promote mental wellness, maintain perspective, employ positive coping skills, and build resiliency. We want our students to do more than survive – we want them to thrive!

We believe that schools and families must work together for the betterment of the whole child, and our communication with you is a key factor in the success of that mission. We are excited to share this information with you as we use P.A.T.H. to empower students to make choices that will protect their safety, enhance connectedness, and encourage life-long physical and mental health. **We consider this process an ongoing partnership and recommend the links below to provide additional support for raising children amid a changing and challenging world.**

## Helplines and Resources:

We recommend the links below to provide support for raising children amid a changing and challenging world.

### BULLYING

- Stop Bullying <https://www.stopbullying.gov/>
- Warning Signs of Bullying [https://www.\\_\\_\\_\\_.org/safety-plan](https://www.____.org/safety-plan) [https://stopitnow.org/helpstopbullying.gov/at-risk/warning-signs/index.\\_\\_\\_\\_guidance/prevention-tools.html](https://stopitnow.org/helpstopbullying.gov/at-risk/warning-signs/index.____guidance/prevention-tools.html)

### ABUSE (Cont.)

- Stop It Now For Tips & Creating a Family
- Do Something <https://www.dosomething.org/us/facts/11-facts-about-child-abuse>

### SUBSTANCE ABUSE

- Kids Health from Nemours <https://kidshealth.org/en/parents>
- SAMHSA Treatment Referral Helpline 1-800- substance abuse and [www.samhsa.gov/prevention](https://www.samhsa.gov/prevention)
- Partnership to End Addiction. <https://drugfree.org/drugs/vaping/>

### MENTAL HEALTH

- National Suicide Prevention Lifeline 1-800-273-TALK <https://662-help.org/> / Prevention of
- National Institute of Mental Health <https://www.nimh.nih.gov/index.shtml>
- The Jason Foundation <http://jasonfoundation.com/about-us/jason-flatt-act/>

### ABUSE

- Childhelp National Child Abuse Hotline [act/](https://www.childhelp.org/act/) 1-800-4-A-CHILD (800-422-4453)
- Erin's Law (parent information) <http://www.erinlaw.org/for-parents/> Public Education Line- 1-800-964-2000 <https://www.apa.org/helpcenter/> [communication-parents](https://www.apa.org/helpcenter/communication-parents)
- National Federation of Families for Children's Mental Health. [www.fcmh.org](http://www.fcmh.org)

**IMPORTANT NOTE:** We are excited to bring PATH to all our students. If you choose to have your student sit out of these lessons, please contact the school in writing that you prefer to opt out. As a parent or guardian, you may want to keep the attached helplines and resources for reference if ever needed for your student or yourself.

# 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.

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://stopitnow.org/help->
- Señales de Advertencia del Acoso <https://www.dosomething.org/us/facts/11facts-about-child-abuse>

### EL ABUSO (que continúa)

- Stop It Now For Tips and Creating a Family <https://espanol.stopbullying.gov/> Safety Plan
- [guidance/prevention-tools https://espanol.stopbullying.gov/acoso-escolar-](https://www.dosomething.org/us/facts/11facts-about-child-abuse) Do Som

### 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 [espanol https://drugfree.org/recursos-en-espanol/](https://drugfree.org/recursos-en-espanol/)
- LA SALUD MENTAL <https://www.dosomething.org/us/facts/11facts-about-child-abuse>
- National Suicide Prevention Línea de <https://988lifeline.org/?scribybrkr=db21f3dd>
- National Institute of Mental Health <https://www.nimh.nih.gov/health/topics/>
- The Jason Foundation <https://jasonfoundation.com/about-us/jason-flatt-act/>

### EL ABUSO

- Childhelp National Child Abuse Línea de Ayuda de Ayuda - 1-800-964-2000 <https://www.apa.org/topics/parenting> American Psychological Association Public 1-800-4-A-CHILD (800-422-4453)
- Erin's Law (información para los padres) Federation of Families for <https://www.erinlaw.org/for-parents/#>
- 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.