

# live WISE live HEALTHY

RICHARDSON ISD

ENFOQUE DE  
NOVIEMBRE Y DICIEMBRE

## Concientización sobre la salud mental

Según el Centro de Investigación y Atención Clínica de la Depresión, aproximadamente uno de cada 11 niños sufre algún tipo de depresión antes de los 14 años. RISD se dedica a acabar con el estigma asociado a los problemas de la salud mental. La programación específica para este esfuerzo incluirá varias oportunidades para que los padres, estudiantes y miembros del personal aprendan más sobre los factores importantes de la salud mental y los próximos pasos significativos para apoyarse a sí mismos y a los niños a los que enseñan.

### Recursos

Alianza Nacional de Enfermedades Mentales:  
[www.NAMI.org](http://www.NAMI.org)

Mental Health America:  
[www.mhanational.org/helping-home-tips-parents](http://www.mhanational.org/helping-home-tips-parents)

Primeros auxilios para la salud mental de los jóvenes:  
[www.mentalhealthfirstaid.org](http://www.mentalhealthfirstaid.org)

### Estudiantes

Los vídeos de apoyo a la salud mental se proporcionarán a todas las escuelas. Haga clic en [Opciones de vídeo de concientización sobre la salud mental](#) para ver las diferentes opciones de vídeo.

Los Programas de Asesoramiento Estudiantil y Familiar de RISD ofrecerán 6 sesiones gratuitas a 100 familias en todas las comunidades de aprendizaje.

Lección EVERFI: [Lección de asesoramiento sobre la comprensión del bienestar mental](#) disponible para los grados 8° a 10°.

### Personal

Recordatorios de los apoyos ofrecidos a todos los empleados a través del [Programa de Asistencia al Empleado](#).

Folleto [Live Wise Live Healthy at Work](#) como recurso para el personal del Distrito.

### Comunidad

[Video de concientización sobre la salud mental y las opciones disponibles](#) puede usarse y compartirse en el hogar.

[Video de condiciones y señales de advertencia de salud mental de NAMI y videoteca de recursos de videos sobre la salud mental.](#)



#liveWiseliveHealthy  
[www.RISD.org/LiveWise](http://www.RISD.org/LiveWise)

Capacitación a escala comunitaria, planificación y oportunidades para facultar a los jóvenes mediante la toma de decisiones saludables y sabias y experiencias transformadoras significativas.