

¡NUEVAS Líneas de Apoyo Emocional y Social Disponibles para Estudiantes y Familias!

A medida que nuestro Distrito y nuestra comunidad continúan enfrentándose a COVID-19, reconocemos que muchos estudiantes y familias están experimentando ansiedad y una variedad de otras emociones. El autocuidado y la autorregulación emocional son especialmente importantes durante estos tiempos inciertos, por esto el Distrito está haciendo posible que los estudiantes y los padres se comuniquen con los trabajadores sociales y los consejeros escolares durante el día para obtener recursos y asistencia con las preocupaciones sociales y emocionales.

Temas de apoyo:

- Cómo obtener apoyo para la salud mental • Duelo y pérdida
- Dónde encontrar recursos comunitarios • Control de la ira
- Expresando y afrontando la ansiedad • Abuso de sustancias
- Cómo ayudar a su familia • Signos de depresión
- Manejando a un niño con ADHD • Conciencia y Meditación



LÍNEA INFORMATIVA - 24 HORAS - 901.416.2626

Llame 24/7 para mensajes pregrabados. *Disponible a partir del 16 de abril.*

LÍNEA DE APOYO EMOCIONAL Y SOCIAL EN VIVO - 901.416.8484

Llame de lunes a viernes de 9 a.m. a 4 p.m. para hablar con un miembro del Centro de Salud Mental de SCS.

Disponible a partir del 17 de abril.

PARA MÁS RECURSOS DE APRENDIZAJE EMOCIONAL Y SOCIAL:

Visite www.scsk12.org/SELSupport para acceder videos, podcasts, consejos de autocuidado y enlaces a apoyo de crisis local y estatal.

NOTA: Las líneas de apoyo de SCS están destinadas principalmente a preguntas generales y asistencia que no son de emergencia. Si está pasando por una crisis, visite www.scsk12.org/SELSupport para obtener una lista de organizaciones que brindan apoyo en caso de dificultad.

Las Escuelas del Condado Shelby ofrecen oportunidades educativas y de empleo sin distinguir raza, color, religión, género, credo, edad, incapacidad, origen nacional o información genética.

