

Salud y bienestar

Martes, 21 de enero 4-6 pm

Esta presentación tratará sobre la salud y la nutrición de los adolescentes con opciones para elecciones saludables. También se centrará en el cuidado personal y el bienestar. Se compartirán estrategias para ayudar a los padres a enseñar estas habilidades en el hogar.

Mujeres y Defensa Personal

Martes, 4 de febrero 4-6 pm

La clase de empoderamiento de autodefensa de empoderamiento repasará la habilidad esencial de implementar y ejercitar nuestros límites personales, las medidas preventivas que se deben tomar en espacios públicos y privados, y los participantes aprenderán valiosos movimientos para escapar en caso de ser atacados.

Prevención del Suicidio

Tuesday, 18 de marzo 4-6 pm

Esta presentación repasará las señales de advertencia del suicidio. Los padres aprenderán habilidades para iniciar conversaciones con sus hijos que puedan estar experimentando estos problemas y también darles las herramientas para abogar por sus hijos y buscar ayuda profesional.

Límites saludables

Martes, 22 de abril 4-6 pm

Esta presentación ayudará a los padres a aprender sobre las experiencias adversas de la infancia, cómo desarrollar estrategias resilientes para conectarse con los adolescentes y la importancia del autocuidado personal cuando experimentan agotamiento.



THE SERIES INCLUDES Dates & Times

August 20, 2024 4-6 pm Internet Safety
September 17, 2024 4-6 pm Keeping Kids Safe Online
October 22, 2024 4-6 pm Online Dangers
November 12, 2024 4-6 pm Bully Prevention

January 21, 2025 4-6 pm Adolescent Health & Wellbeing
February 4, 2025 4-6 pm Women & Self Defense
March 18, 2025 4-6 pm Suicide Prevention
April 22, 2025 4-6 pm Adverse Childhood Experiences

Protecting our Youth series

There are a variety of classes offered through our PICO Department to help support the Health and Wellness of our community.




Behavioral Health

Behavioral Health Teams at each site will also be presenting on various topics for parents. Presentation topic will vary by school but all are welcome to attend.

Spanish translation and childcare provided

PARENT INVOLVEMENT & COMMUNITY OUTREACH

 **Jurupa Unified School District
Parent Center South
4850 Pedley Rd**

 **www.facebook.com/jusdPICO**
 **951-360-4175**



Working Together to **PROTECT OUR YOUTH**

Internet Safety

Tuesday, August 20, 4-6 pm

Join Joel Pabelico and Jason Polanco, investigators from the County of Riverside, as they explain and explore the dangers lurking online from, sexual predators and human trafficking to the profound impact of bullying. Explore the grooming techniques along with the reality of trafficking in Riverside County. Bullying and the law will be examined at length through real life cases. Learn tools to educate and empower youth to remain safe online and aware.

Keeping Kids Safe Online

Tuesday, September 17 4-6 pm

Join Riverside Area Rape Crisis Center as they will discuss the importance of internet safety for children, the risks of unmonitored internet usage, and tips on how to have an open and honest discussion about internet safety with your children of all ages.

Parenting Tips

Tuesday, October 22 4-6 pm

Join Deputy District Attorney from Riverside County for parenting tips. *Predators, Bullying & the Power of Words. Exploration of the dangers lurking online, from sexual predators and human trafficking, to the profound impact of bullying. Bullying and the law will be examined at length through real life cases.*

Bully Prevention

Tuesday, November 12 4-6 pm

Parents will receive valuable information on bullying and learn how to address bullying issues effectively. They will be able to identify cues if their child is being bullied or is a bully and learn how to maintain open lines of communication with their child.

Adolescent Health & Wellbeing

Tuesday, January 21 4-6 pm

This presentation will be about adolescent health and nutrition with options for healthy choices. It will also focus on self care and well being. Strategies will be shared to help parents in teaching this skills at home.

Women and Self Defense

Tuesday, February 4 4-6 pm

The empowerment self-defense class will review the essential skill of implementing and exercising our personal boundaries, the preventative measure that should be taken in public and private spaces, and participants will learn valuable moves to use to escape in the event they are attacked.

Suicide Prevention

Tuesday, March 18 4-6 pm

This presentation will review the warning signs of suicide. Parents will learn skills to open conversations with their children who may be experiencing these issues and give parents the skills to advocate for their children and seek professional help.

Adverse Childhood Experiences

Tuesday, April 22 4-6 pm

This presentation will help parents learn what are adverse childhood experiences (ACEs), how to build resilient strategies when connecting with our teens and the importance of self-care when experiencing burnout.

Trabajando Juntos para

PROTEJER A NUESTROS JOVENES

Peligros en Línea

martes, 20 de agosto 4-6 pm

Vengan a la junta de Joel Pabelico y Jason Polanco, Investigadores del Condado de Riverside, a donde ellos explican y exploran los peligros que acechan en línea, desde los depredadores sexuales y la trata de personas, hasta el profundo impacto de la intimidación. Explore las técnicas de preparación que usan junto con la realidad del tráfico de humanos en el Condado de Riverside. La intimidación y la ley se examinarán detalladamente a través de casos de la vida real. Aprenda herramientas para educar y capacitar a los jóvenes para que permanezcan seguros y conscientes en línea.

Manteniendo a los Niños Seguros en Línea

martes, 17 de Septiembre 4-6 pm

Únase al Centro de crisis por violación del área de Riverside, discutirán la importancia de la seguridad en Internet para los niños, los riesgos del uso de Internet sin supervisión y consejos sobre cómo tener una conversación abierta y honesta sobre la seguridad en Internet con sus hijos de todas las edades.

consejos para padres

martes, 22 de octubre 4-6 pm

Padres unase al Fiscal de Distrito del Condado de Riverside para recibir consejos sobre la crianza de los hijos. Depredadores, acoso y el poder de las palabras. Exploración de los peligros que acechan en línea, desde los depredadores sexuales y la trata de personas, hasta el profundo impacto del acoso. La intimidación y la ley serán examinadas extensamente a través de casos de la vida real.

Prevención del Acoso

Martes, 12 de noviembre 4-6 pm

Los padres recibirán información valiosa sobre la intimidación y aprenderán cómo abordar de manera efectiva los problemas de intimidación. Podrán identificar señales si su hijo está siendo acosado o es un acosador y aprenderán a mantener líneas abiertas de comunicación con su hijo.