



What to Do for Help:

- ▶ Reach out to your child's school
(administrator, counselor, or other school based mental health providers)
- ▶ Call M-DCPS Parent Assistance Line:
(305) 995-7100
- ▶ Identify local community mental health centers
- ▶ Contact your child's pediatrician or family doctor
- ▶ For immediate support or in case of an emergency dial 911



**M-DCPS
MENTAL HEALTH
SERVICES**

Need Help?



Local:

M-DCPS Mental Health Services Parent Assistance Line:
Call (305) 995-7100

Switchboard Miami:
Call 2-1-1

Thriving Minds of South Florida:
Call (305) 858-3335

WestCare/The Village South:
Call 1-(800)-435-7968

SEDNET:
Call (305) 598-2436

National:

National Suicide Prevention Lifeline:
Call or Text 9-8-8

Crisis Text Line:
Text HOME to 741741

Additional resources visit:

dadeschools.net
mentalhealthservices.dadeschools.net
studentservices.dadeschools.net

Find us on social media:

 @MDCPS_MHS
@StdtSvcMDCPS



Navigating Mental Wellness

Mental Health and
Student Services
Information and Tips
for Parents



Mental Health Services

Miami-Dade County Public Schools (M-DCPS) through the Office of Mental Health and Student Services prioritizes the social, emotional and mental well-being of all students. Local and national resources are available for students, parents, and community stakeholders.

In collaboration with community agencies, students in need of additional therapeutic intervention are provided services on a referral basis.

Mental Health Warning Signs:

- ▶ Excessive worrying or fear
- ▶ Frequent sadness
- ▶ Confused thinking
- ▶ Mood swings
- ▶ Sleep disturbance
- ▶ Eating disturbance
- ▶ Withdrawal
- ▶ Substance use
- ▶ Suicidal thoughts
- ▶ Risky behaviors



School Based Mental Health Professionals:

- ▶ School Counselors
- ▶ TRUST Counselors
- ▶ Mental Health Coordinators
- ▶ School Social Worker
- ▶ School Psychologist

Supports Include:

- ▶ Individual Counseling
- ▶ Group Counseling
- ▶ Family Counseling
- ▶ Risk Assessment, Intervention and Postvention
- ▶ Parent - School - Community Agency Collaboration and Consultation

Preventing Youth Suicide: *Tips for Parents*

Suicide is preventable. Youth who are contemplating suicide frequently give warning signs. Do not be afraid to ask your child about possible suicidal thoughts.

Possible Suicidal Warning Signs:

- ▶ Suicidal threats
- ▶ Suicidal notes, plans or online posting
- ▶ Giving away prized possessions
- ▶ Preoccupation with death or dying
- ▶ Sudden shift of mood
- ▶ Drug or alcohol use
- ▶ Misuse of medication

Reminders for Parents/Guardians:

- ▶ Take threats seriously. Follow through is important, even after your child is calm or if your child states "they didn't mean it".
- ▶ Maintain communication with school. Schools provide follow up support. Communication is crucial to ensuring that the school is the safest, most comfortable place possible for your child.



Ki sa pou w Fè pou W Jwenn Èd:

- ▶ Rele oubyen kontakte lekòl pitit ou a (*administratè, konseye, oubyen lòt founisè sante mantal ki baze nan lekòl la*)
- ▶ Rele Liy Asistans pou Paran M-DCPS la: (305) 995-7100
- ▶ Idantifye sant sante mantal lokal nan kominote a
- ▶ Kontakte pedyat pitit ou a oubyen doktè fanmi an
- ▶ Pou sipò imedyat oswa nan ka ijans rele 911



**M-DCPS
SÈVIS SANTE
MANTAL**

Ou Bezwen Èd?



Lokal:

Liy Asistans Sèvis Sante Mantal pou Paran M-DCPS yo:
Rele (305) 995-7100

Liy 'switchboard' Sekou vil Miami:
Rele 2-1-1

Thriving Minds of South Florida:
Rele (305) 858-3335

WestCare/The Village South:
Rele 1-(800)-435-7968

SEDNET:
Rele (305) 598-2436

Nasyonal:

Liy Nasyonal Prevansyon kont Suisid:
Rele oubyen voye yon tèks nan 9-8-8

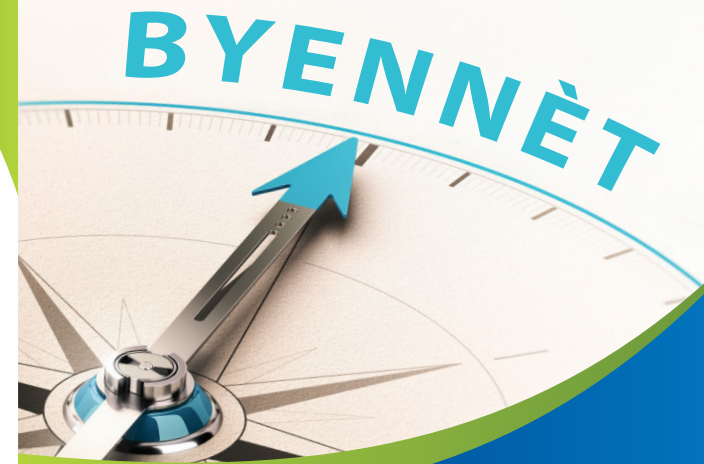
Liy pou Voye Tèks Lè Gen Kriz:
Voye tèks 'HOME' nan nimewo 741741

Pou resous adisyonèl vizite:

dadeschools.net
mentalhealthservices.dadeschools.net
studentservices.dadeschools.net

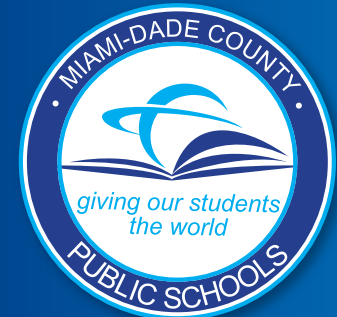
Suiv nou sou medya sosyal yo:

 @MDCPS_MHS
@StdtSvcsMDCPS



Sansibilizasyon sou Byennèt Mantal

Depatman Sante Mantal ak Sèvis Elèv ofri Enfòmasyon ak Konsèy pou Paran



Sèvis Sante Mantal

“Miami-Dade County Public Schools (M-DCPS)” (Lekòl Leta Miami-Dade County) atravè Biwo Sante Mantal ak Sèvis Elèv bay byennèt sosyal, emosyonèl e sante mantal tout elèv yo priyorite. Nou gen resous lokal e nasyonal ki disponib pou elèv yo, paran, ak moun ki enterese yo nan kominote a. Nan patenarya avèk ajans kominotè yo, nou bay sèvis ki baze sou rekòmandasyon pou elèv ki gen bezwen pou terapi ak entèvansyon adisyonèl.

Kèk Siy Sante Mantal pou Nou Veye:

- ▶ Gwo enkyetid ak laperèz
- ▶ Tris souvan
- ▶ Konfizyon nan rezònman
- ▶ Chanjman nan emosyon
- ▶ Difikilte pou dòmi
- ▶ Chanjman nan apeti
- ▶ Izolasyon
- ▶ Konsomasyon dwòg
- ▶ Lide suisid
- ▶ Konpòtman ki met lavi l andanje



Pwofesyonèl Sèvis Sante Mantal ki Baze nan Lekòl:

- ▶ Konseye Lekòl yo
- ▶ Espesyalis ‘TRUST’
- ▶ Kowòdonatè Sante Mantal
- ▶ Travayè Sosyal nan Lekòl yo
- ▶ Sikològ Lekòl yo

Sipò yo gen ladan:

- ▶ Konsèy Endividyèl
- ▶ Konsèy an Gwoup
- ▶ Konsèy an Fanmi
- ▶ Evalyasyon Danje yo, Entèvansyon ak Sèvis apre Kriz
- ▶ Kolaborasyon ak Konsiltasyon Ajans ki Gen Ladan Paran-Lekòl-Kominote

Prevansyon Suisid lakay Jèn yo: *Konsèy pou Paran*

Li posib pou fè prevansyon kont suisid. Souvan, jèn ki gen lide pou komèt suisid yo konn bay siy ki montre sa. Pa pè kesyone pitit ou konsènan lide pou komèt suisid.

Men kèk Siy Suisid pou Nou Veye:

- ▶ Menas pou komèt suisid
- ▶ Nòt ekri sou suisid, plan oswa mesaj ekri sou entènèt
- ▶ Fè kado bagay ki gen anpil valè
- ▶ Obsesyon konsènan lanmò oubyen mouri
- ▶ Chanjman sibit nan emosyon
- ▶ Itilizasyon Dwòg ak Alkòl
- ▶ Mal itilize medikamen

Rapèl pou Paran/Gadyen yo:

- ▶ Pran menas yo oserye. Li enpòtan anpil pou nou fè suivi, menm apre lè pitit ou a kalme li oubyen li di “se plezantri li t ap fè.”
- ▶ Kenbe kominikasyon ak lekòl la. Lekòl yo ofri sipò adisyonèl. Kominikasyon enpòtan anpil pou asire lekòl la se anviwònman ki gen plis sekirite e ki pi konfòtab pou pitit ou a.



Qué hacer para obtener ayuda:

- ▶ Comuníquese con el centro escolar de su hijo (*administrador, consejero u otros proveedores de salud mental basados en el centro escolar*).
- ▶ Llame a la Línea de Asistencia de las M-DCPS para Padres de Familia al: (305) 995-7100
- ▶ Identifique los centros comunitarios locales de salud mental.
- ▶ Póngase en contacto con el pediatra o médico de familia de su hijo.
- ▶ Para ayuda inmediata o en caso de emergencia, marque el 911.



M-DCPS
SERVICIOS DE
SALUD MENTAL

¿Necesita ayuda?



Local:

Línea de Asistencia de Servicios de Salud Mental de las M-DCPS para Padres de Familia:

Llame al (305) 995-7100

Centralita Miami:

Llame al 2-1-1

Mentes prósperas del Sur de Florida:

(Thriving Minds of South Florida)

Llame al (305) 858-3335

WestCare/The Village South:

Llame al 1-(800)-435-7968

SEDNET:

Llame al (305) 598-2436

Nacional:

Línea Nacional de Prevención del Suicidio:

Llame o envíe un mensaje de texto 9-8-8

Línea para mensajes de texto en momentos de crisis:

Envíe el mensaje HOME al 741741

Para recursos adicionales visite:

dadeschools.net

mentalhealthservices.dadeschools.net

studentservices.dadeschools.net

Encuétrenos en las redes sociales:



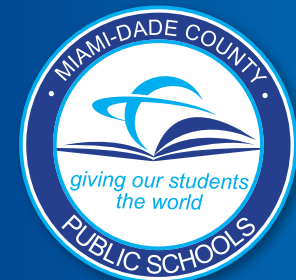
@MDCPS_MHS

@StdtSvcsMDCPS



Gerencia del bienestar mental

Información y sugerencias acerca de la salud mental y servicios estudiantiles para padres de familia



Servicios de salud mental

Las Escuelas Públicas del Condado Miami-Dade (M-DCPS) a través de la Oficina de Salud Mental y Servicios Estudiantiles priorizan el bienestar social, emocional y mental de todos los estudiantes. A su vez, existen recursos locales y nacionales disponibles para estudiantes, padres y partes interesadas de la comunidad. Los estudiantes que necesitan una intervención terapéutica se remiten, en colaboración con agencias de la comunidad, con el fin de que reciban servicios adicionales.

Señales de advertencia de salud mental:

- ▶ preocupación o miedo excesivo
- ▶ tristeza frecuente
- ▶ pensamiento confuso
- ▶ cambios de humor
- ▶ alteración del sueño
- ▶ alteración de la alimentación
- ▶ aislamiento social
- ▶ uso de sustancias
- ▶ pensamientos suicidas
- ▶ comportamientos de riesgo



Profesionales de la salud mental ubicados en el centro escolar:

- ▶ consejeros escolares
- ▶ consejeros TRUST
- ▶ coordinadores de salud mental
- ▶ trabajador social en el centro escolar
- ▶ psicólogo designado al centro escolar

Los apoyos incluyen:

- ▶ consejería individual
- ▶ consejería de grupo
- ▶ consejería familiar
- ▶ evaluación de riesgos, intervención y postvención
- ▶ colaboración y consultas entre padres de familia, centros escolares y agencias comunitarias

Prevención del suicidio juvenil: sugerencias para los padres de familia

El suicidio es prevenible. Los jóvenes que contemplan el suicidio frecuentemente dan señales de advertencia. No tenga miedo de preguntarle a su hijo/a sobre posibles pensamientos suicidas.

Posibles señales de advertencia de suicidio:

- ▶ amenazas suicidas
- ▶ notas suicidas, planes o publicaciones en línea
- ▶ regalar posesiones preciadas
- ▶ preocupación por la muerte o por morir
- ▶ cambio repentino de humor
- ▶ consumo de drogas o alcohol
- ▶ mal uso de medicamentos

Recordatorios para padres de familia/tutores:

- ▶ Tome las amenazas en serio. El seguimiento es importante, incluso después de que su hijo/a esté tranquilo o si su hijo/a dice que la amenaza suicida "no fue en serio".
- ▶ Mantenga comunicación con el centro escolar. Los centros escolares brindan apoyo de seguimiento. La comunicación es de vital importancia para garantizar que el centro escolar sea el lugar más seguro y cómodo posible para su hijo.