



## THE FAMILY WELLNESS SERIES

Evidence-based virtual sessions equipping families with tools to support student wellness. Facilitated by Safe School Institute & TCHATT clinicians in partnership with Hays CISD Counseling Dept.

6–7 PM | Virtual | Scan the QR code to register!

TUESDAY  
OCT  
**21**

### [Bullying Prevention - Presented by Safe School Institute](#)

Join us in exploring the differences between in-person bullying and cyberbullying, highlighting the responsibilities of parents and schools, reviewing current bullying laws, and offering guidance on what to do if your child becomes a victim.



TUESDAY  
NOV  
**11**

### [Balancing School, Sports, and Mental Health – Presented by TCHATT Clinician](#)

Learn how student athletes can balance academics, athletics, and social life while managing stress. This session offers practical strategies for students and parents, with a focus on resilience, balance, and the positive impact of extracurriculars.



TUESDAY  
DEC  
**2**

### [Grief and Loss- Presented by TCHATT Clinician](#)

Learn how children and teens process grief and loss in school settings. This session covers types of loss, developmental responses, and strategies to foster resilience, support families, and promote healing.



TUESDAY  
JAN  
**13**

### [Anxiety in the School Setting- Presented by TCHATT Clinician](#)

Explore how anxiety affects behavior, learning, and peer relationships, learn to distinguish typical worry from clinical anxiety, recognize age-specific symptoms, and gain evidence-based strategies, coping techniques, and family engagement approaches to support students.



TUESDAY  
FEB  
**10**

### [Cyber Safety Awareness- Presented by Safe School Institute](#)

This presentation provides an overview of online dangers, hidden features in popular social media apps, gaming platforms, and the long-term consequences and laws surrounding internet use. Participants will also learn about monitoring tools to help keep students safe online.



TUESDAY  
MAR  
**10**

### [Substance Abuse Prevention - Presented by Safe School Institute](#)

This presentation explains the effects of substance abuse on an adolescent's brain, signs and symptoms of abuse, and laws surrounding underage usage.



TUESDAY  
APR  
**14**

### [Parenting Strategies for Children with ADHD- Presented by TCHATT Clinician](#)

Explore how ADHD affects children's academic, social, and emotional development, gain insight into their unique strengths and challenges, and learn practical strategies to manage behaviors and create supportive environments where children can thrive.



TUESDAY  
MAY  
**12**

### [Social Media and Mental Health- Presented by Safe School Institute](#)

Join us for an honest discussion about the nexus between social media and mental health. Come learn simple steps you can take to create a healthy social media environment in your home and how to use existing tools to help you do so



**Zoom Sessions are in English**  
with Spanish closed captions available.

For more information or assistance with registration, please contact [rachel.maldonado@hayscisd.net](mailto:rachel.maldonado@hayscisd.net)



## SERIE DE SESIONES DE BIENESTAR FAMILIAR

Sesiones virtuales basadas en evidencia que equipan a las familias con herramientas para ayudar al bienestar de los estudiantes. Organizadas por el Instituto de Escuelas Seguras y los médicos clínicos de TCHATT en colaboración con el depto. de Consejería de Hays CISD.

6 a 7 PM | Virtual | ¡Regístrese escaneando el Código QR!

MARTES <b>21</b> OCTUBRE	<b><u>Prevención de Intimidación – presentado por el Instituto de Escuelas Seguras</u></b> Únase a nosotros explorando las diferencias entre la intimidación en persona y la intimidación cibernética, resaltando las responsabilidades de los padres y las escuelas. Revisaremos las leyes actuales sobre el Acoso y la Intimidación y ofreceremos una guía sobre lo que se debe hacer si su hijo se vuelve una víctima.	
MARTES <b>11</b> NOVIEMBRE	<b><u>Equilibrio en la escuela, los deportes y la salud mental – presentado por los médicos clínicos de TCHATT</u></b> Aprenda cómo los estudiantes deportistas pueden balancear sus estudios académicos, el atletismo y su vida social mientras manejan el estrés. Esta sesión ofrece estrategias prácticas para los estudiantes y los padres de familia con un enfoque de resiliencia, equilibrio y el impacto positivo de las materias extracurriculares.	
MARTES <b>2</b> DICIEMBRE	<b><u>Luto y Pérdida – presentado por los médicos clínicos de TCHATT</u></b> Aprenda cómo los niños y los adolescentes procesan el dolor de la pérdida en un entorno escolar. Esta sesión cubre los tipos de pérdida, respuestas en el desarrollo y las estrategias para fomentar la resiliencia, apoyar a las familias y promover el proceso de recuperación.	
MARTES <b>13</b> ENERO	<b><u>Ansiedad en el entorno escolar – presentado por los médicos clínicos de TCHATT</u></b> Explore cómo la ansiedad afecta al comportamiento, el aprendizaje y las relaciones con los compañeros. Aprenda a distinguir desde una preocupación típica hasta una ansiedad clínica. Reconozca los síntomas específicos a la edad y adquiera estrategias basadas en la evidencia, técnicas de superación y las metodologías de participación familiar que apoyan a los estudiantes.	
MARTES <b>10</b> FEBRERO	<b><u>Conciencia sobre Seguridad Cibernética – presentada por el Instituto de Escuelas Seguras</u></b> Esta presentación ofrece un panorama sobre los peligros en línea y las funciones ocultas de las aplicaciones populares en los medios sociales, plataformas de juegos, las leyes y consecuencias a largo plazo que rodean el uso del internet. Los participantes también aprenderán sobre las herramientas para monitorear y ayudar a cuidar la seguridad de los estudiantes en línea.	
MARTES <b>10</b> MARZO	<b><u>La prevención del Abuso de Sustancias – presentado por el Instituto de Escuelas Seguras</u></b> Esta presentación explica los efectos del abuso de sustancias en el cerebro de un adolescente, las señales y los síntomas del abuso, así como las leyes que conciernen el uso en menores.	
MARTES <b>14</b> ABRIL	<b><u>Estrategias para padres de niños con ADHD [Trastorno de Atención] – presentado por los médicos clínicos de TCHATT</u></b> Explore cómo el trastorno de atención ADHD afecta el desarrollo académico, social y emocional de los niños. Adquiera una visión a las fortalezas y desafíos únicos y aprenda estrategias prácticas para manejar el comportamiento y crear un ambiente de apoyo donde los niños puedan progresar.	
MARTES <b>12</b> MAYO	<b><u>Los medios sociales y la salud mental – presentado por el Instituto de Escuelas Seguras</u></b> Únase a nosotros en una discusión sincera sobre los nexos entre los medios sociales y la salud mental. Venga a aprender los pasos sencillos que puede tomar para crear un ambiente saludable con los medios sociales en su hogar y cómo usar las herramientas existentes para lograrlo.	

Las sesiones de zoom son en inglés con subtítulos en español disponibles.