

ANSIEDAD Y DEPRESIÓN EN NIÑOS Y ADOLESCENTES:

RECONOZCA LAS SEÑALES Y SEPA DÓNDE PUEDEN PRESTARLE AYUDA

Por favor, únase al personal de
Fort Belvoir Elementary Campus,
Whitman Middle School
Mount Vernon High School

También disponibles para responder preguntas:
Personal de Salud Conductual de FBCH y MFLC's



Cuándo: Miércoles, 9 de diciembre, 6:30-8:00pm

Dónde: <https://us.bbcollab.com/guest/6e20df4a3d6e493f8d178ff97cb42852>

**Los cierres por el Coronavirus nos han
afectado a todos.**

Los niños experimentan:

- Aislamiento social isolation
- Falta de acceso a actividades
- Rutinas interrumpidas
- Preocupación sobre la enfermedad/eventos actuales

Las Familias experimentan:

- Aislamiento social isolation
- Pérdida de ingresos
- Estrés sobre la enfermedad/eventos Actuales
- Falta de eventos importantes de la vida

**Encima de todo eso, todos sabemos
que viene el invierno....**

- A medida que los días son más cortos, más sombrios y más fríos, muchos de nosotros experimentamos un cambio de humor que a veces es llamado "el blues de invierno."
- Podemos sentir una pérdida de energía y tener dificultades para emocionarnos con las cosas, o podemos sentirnos deprimidos.

¿Cuándo deberían empezar a preocuparse los padres?

¿A dónde van los padres en busca de ayuda?

¿Qué pueden hacer las escuelas para ayudar?

