



Welcome *Bienvenidos*





Course Catalogue of Monthly Parent and Family Webinars

*Catálogo de cursos de
Seminarios web mensuales para padres y familias*

Successful Back-to-School Starts with Self-Care *El Regreso Exitoso a la Escuela Comienza con el Autocuidado*

August 9, 2023

9 de agosto, 2023



Office of Student, Family and
Community Engagement





Greetings from Superintendent Carvalho

Saludos del Superintendente Carvalho



**Alberto M. Carvalho,
Superintendent
Los Angeles Unified School District**



Office of Student, Family and
Community Engagement



Greetings! ¡Saludos!



Antonio Plascencia, Jr.
Engagement Officer



Diane Panossian
Director



José Jarquín
Interim Director

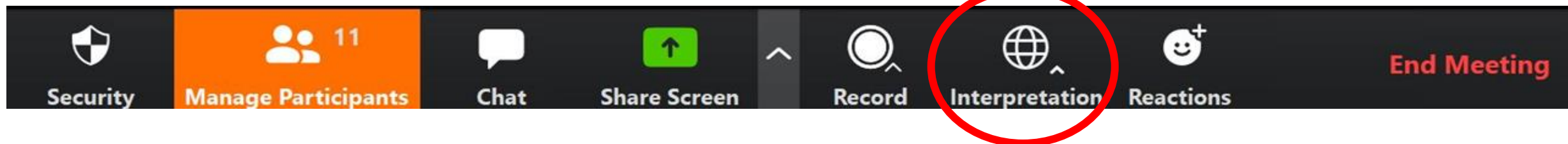


Interpretation Services: laptop or computer

- Click on the globe icon at the bottom of the screen.
- Select the language of preference for you.
- You will engage and listen to the presentation in the language you select.

Servicios de interpretación: computadora portátil o de escritorio

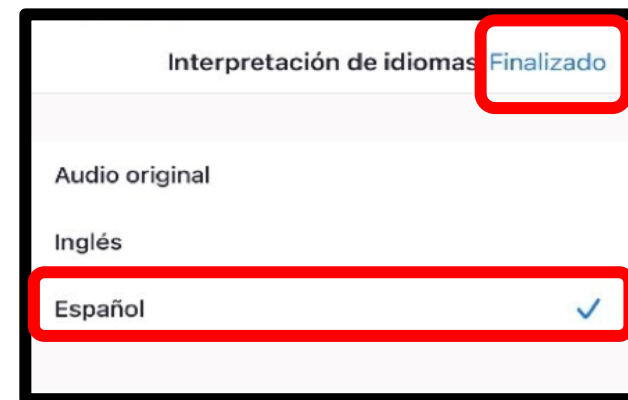
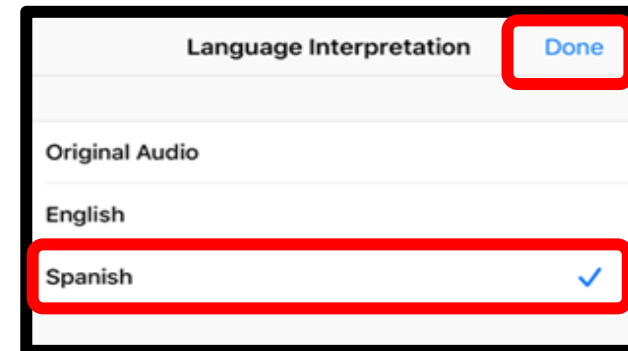
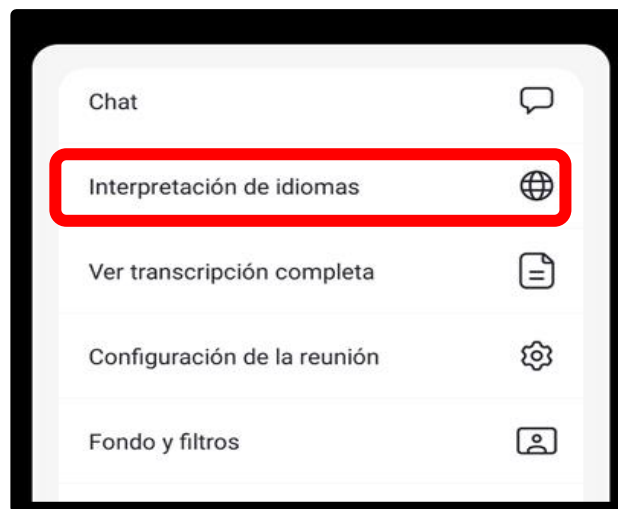
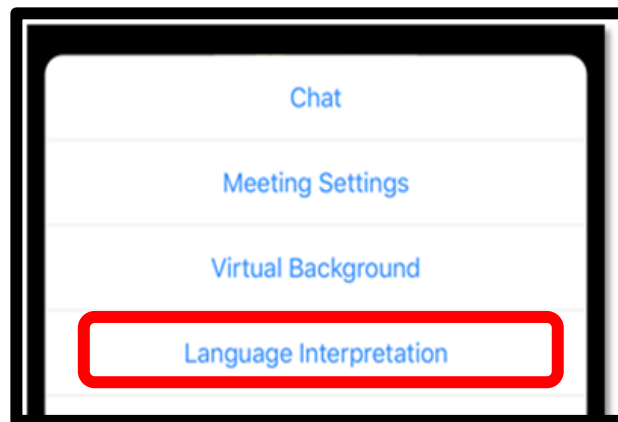
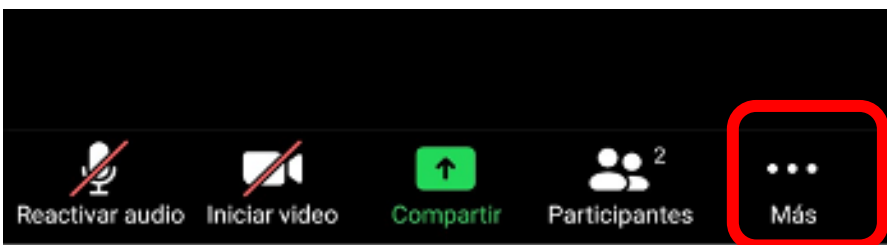
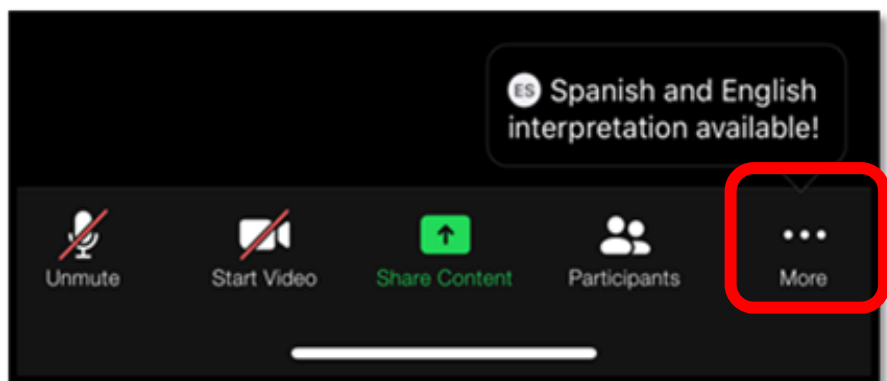
- *Haga clic en el símbolo del mundo en la parte de abajo de su pantalla.*
- *Seleccione el idioma que le gustaría escuchar.*
- *Participará y escuchará la presentación en el idioma que seleccione.*





Interpretation services: mobile device

Servicios de interpretación: dispositivo móvil





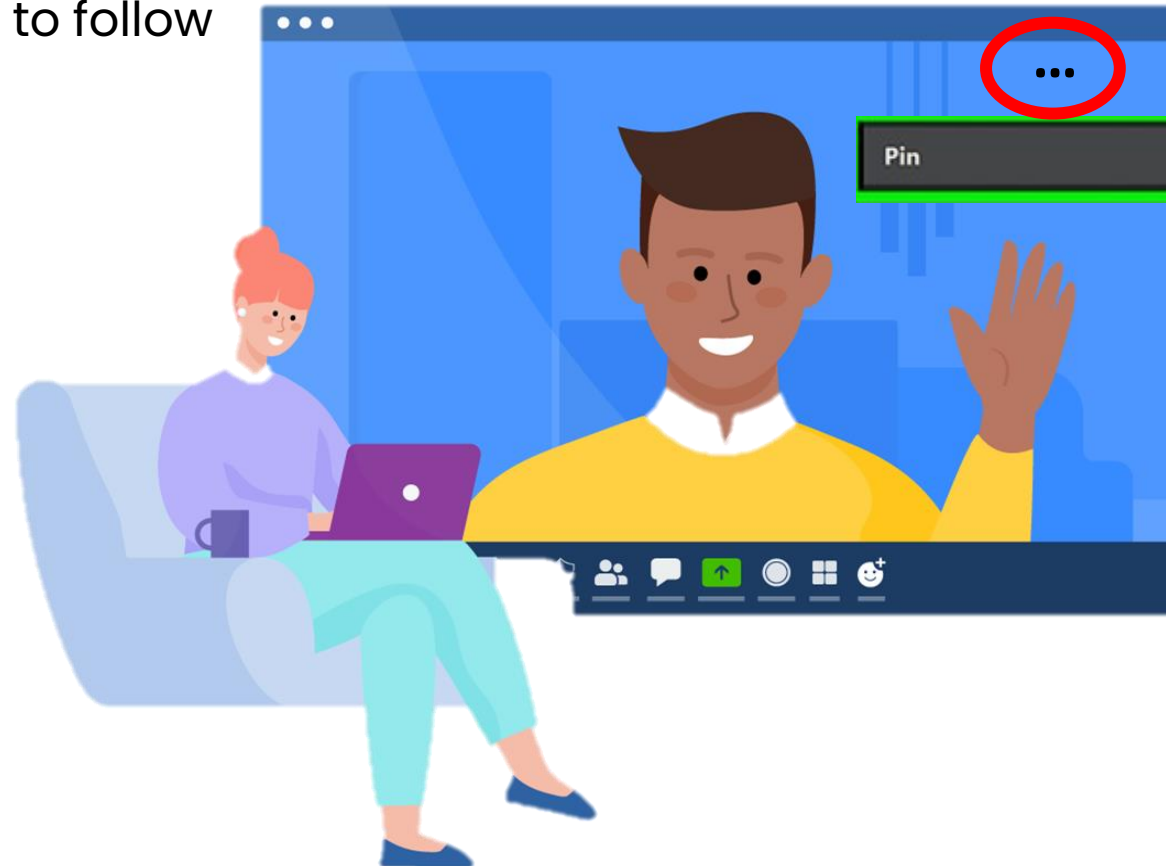
American Sign Language (ASL)

Lenguaje de Señas Americano (ASL, siglas en inglés)

- Hover over the image of our ASL team.
- Click on the three dots.
- Pin the image to follow during the presentation.

- Coloque el cursor sobre la imagen de nuestro equipo de ASL.
- Haga clic en los tres puntos.

- Fije la imagen haciendo clic sobre Pin para seguir la imagen durante la presentación.





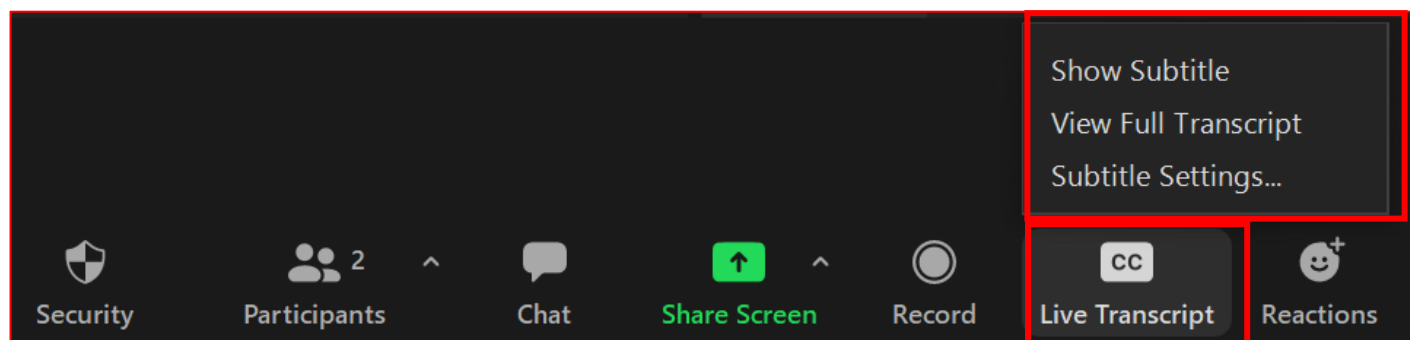
Closed Captioning (CC): laptop or computer

- 1) To enable Closed Captioning:
 - a) Click on **Live Transcript** below CC icon
 - b) Select **Show Subtitle** or **View Full Transcript**
- 2) To disable Closed Captioning: click CC icon and select **Hide Subtitle**

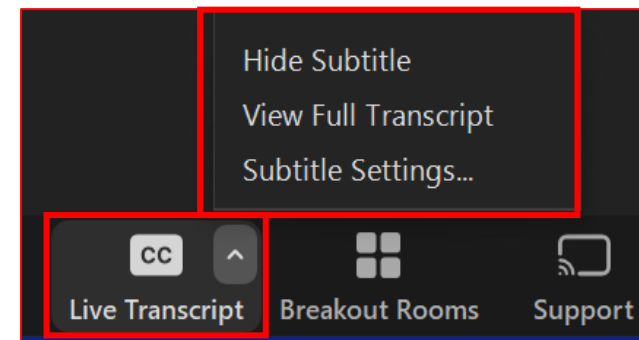
Subtítulos: computadora portátil o de escritorio

- 1) Para activar los subtítulos:
 - a) Haga clic en **Live Transcript** debajo del ícono CC
 - b) Seleccione **Show Subtitle** (mostrar subtítulo) o **View Full Transcript** (transcripción completa)
- 2) Para desactivar los subtítulos: haga clic en el icono CC y seleccione **Hide Subtitle** (ocultar subtítulo)

1



2





Closed Captioning (CC): mobile device

Subtítulos (CC): dispositivo móvil

- 1) Click on the 3 dots
- 2) Click on **Meeting Settings**
- 3) Activate **Closed Captioning**, then click **Done**
- 4) This text will show on your screen
- 5) Captioning is only available in English
- 6) If you don't want CC, go back to Settings and click **Disable Live Transcript**

1) Haga clic en los 3 puntos

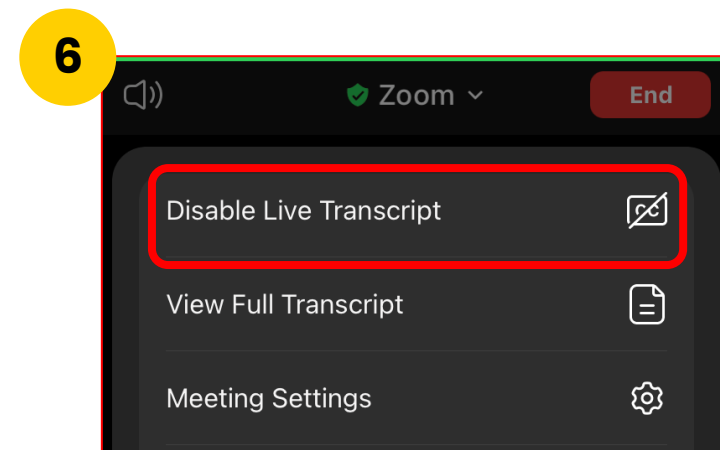
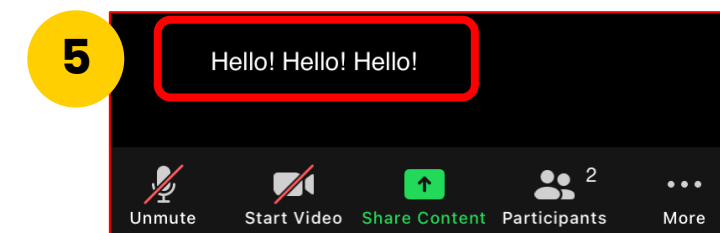
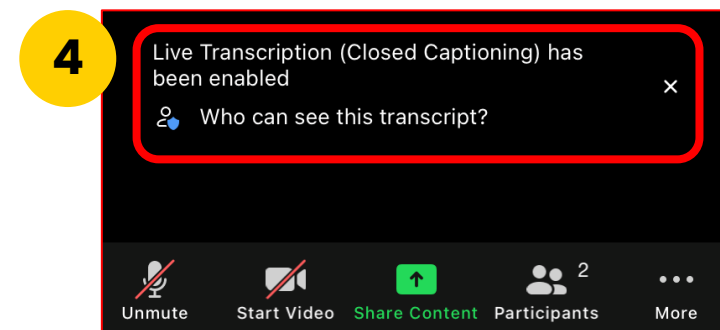
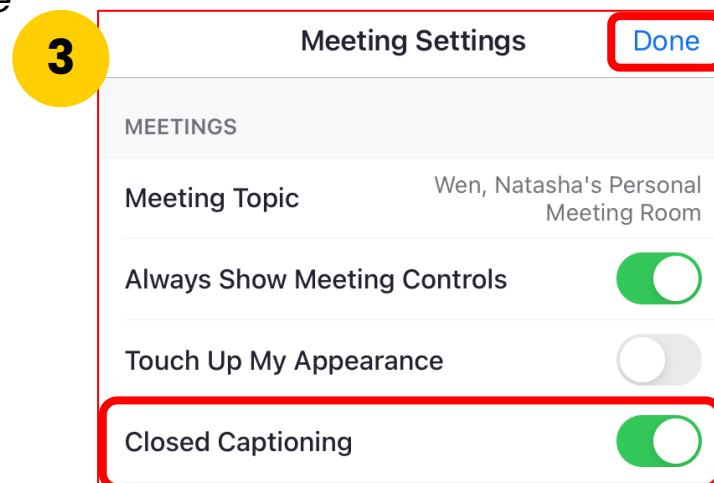
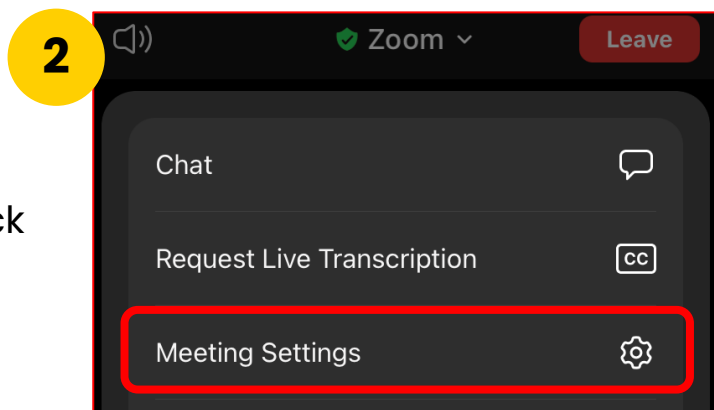
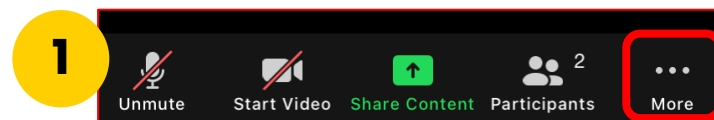
2) Haga clic en **Meeting Settings** (Configuración de la reunión)

3) Active **Closed Captioning** (subtítulos), haga clic en **Done** (Listo)

4) Este texto aparecerá en tu pantalla.

5) Los subtítulos solo están disponibles en inglés

6) Si no desea los subtítulos, vuelva a Settings (Configuración) y haga clic en **Disable Live Transcript**

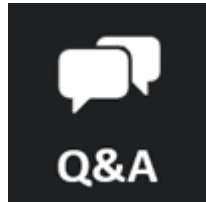




Engaging on this Webinar *Participando en este seminario web*

This is a Zoom webinar. Participant microphones are automatically muted and video is off.

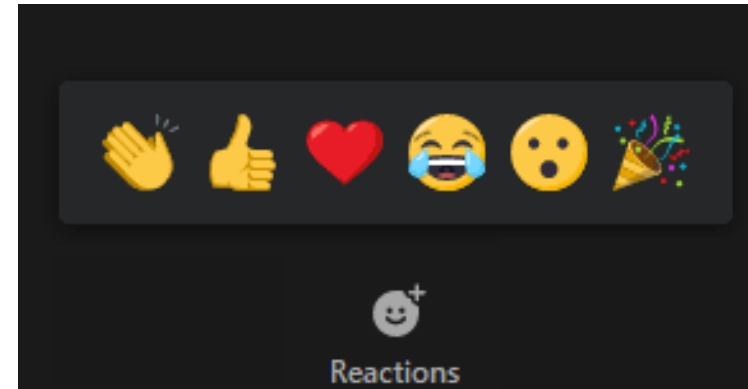
Este es un seminario web o webinario por medio de Zoom. Automáticamente están desactivados los micrófonos de los participantes, al igual que su video.



Ask questions
Haga preguntas



Interact with presenters and share
your ideas
*Interactúe con los presentadores
y comparta sus ideas.*



Use the emojis to express your reactions
Utilice los emojis para expresar sus reacciones



Meeting Norms

Normas para la reunión

- 1) We will keep students as a priority.
- 2) We will use online meeting application features to respectfully present questions and comments related to the topic in discussion.
- 3) We believe that we can agree to disagree.



- 1) *Mantendremos a los estudiantes como una prioridad.*
- 2) *Usaremos las funciones de la aplicación de reuniones en línea para presentar respetuosamente preguntas y comentarios relacionados con el tema en discusión.*
- 3) *Creemos que podemos aceptar estar en desacuerdo.*

LAUSD 2022–2026 Strategic Plan

Pillar 3: Engagement and Collaboration

Establish a Family Academy to equip families with the skills, information, and networking opportunities to support students' academic and social-emotional success (Strategic Plan, page 42)

Plan Estratégico de LAUSD 2022–2026

Pilar 3: Participación y Colaboración

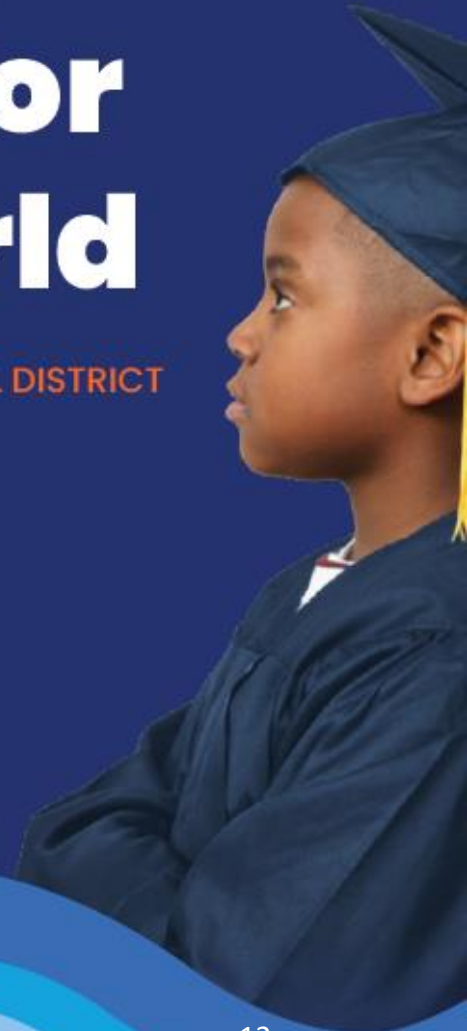
Establecer una Academia para las Familias para dar a las familias las destrezas, información, y oportunidades de redes de comunicación para apoyar el éxito académico y social-emocional de los estudiantes (Plan Estratégico, página 42)



Ready for the World

LOS ANGELES UNIFIED SCHOOL DISTRICT

2022–26 Strategic Plan





Learning Objectives

1. Understand the challenges and stressors that parents and children may face during the back-to-school transition
2. Learn effective coping strategies and techniques to manage back-to-school stress for both parents and children
3. Develop a whole family, whole child approach to wellness during the back-to-school transition and beyond.

Objetivos de aprendizaje

1. *Entender los retos y factores estresantes que los padres y niños pueden enfrentar durante la transición al regresar a la escuela*
2. *Aprender las estrategias y técnicas de afrontamiento para manejar el estrés al regresar a la escuela tanto para los padres como para los niños*
3. *Desarrollar enfoques de bienestar para toda la familia, todo el niño/a durante la transición de regreso a la escuela y más.*

Office of Student, Family and
Community Engagement



Webinar Staff

Personal del Seminario Web



Natasha Wen
Parent Educator Coach



Dr. Heidi Mahmud
Admin. Coordinator

Student Health and Human Services (SHHS)

Salud y Servicios Humanos para Estudiantes (SHHS)



lausd.org/shhs



[Lausd_shhs](https://www.facebook.com/Lausd_shhs)



[shhs_laUSD](https://www.instagram.com/shhs_laUSD)



[@SHHSLausd](https://twitter.com/SHHSLausd)



333 S. Beaudry Av., 29th Floor
Los Angeles, CA 90017



ask-shhs@lausd.net
mentalhealth@lausd.net



(213) 241-3848





Student Health and Human Services (SHHS)

Salud y Servicios Humanos para Estudiantes (SHHS)



Lori Dudler, LCSW
Mental Health Consultant PSW



Lizeth Robles, LCSW
Mental Health Consultant PSW

Back-to-School Stress & Coping

*Estrés y Afrontamiento
al Regresar a la Escuela*





Inclusion Activity

Actividad de integración

POLL

On a scale of 1-10, how anxious or stressed are you (or your student) about going back to school?

Where 1 = “just a little bit stressed” and
10 = “the most stress I’ve felt all year.”

ENCUESTA

En una Escala de 1-10, ¿qué tan ansioso/a o estresado/a se siente (o se siente su estudiante) por el regreso a la escuela?

Uno sería 1=“solo un poquito estresado/a” y 10= “el nivel de estrés más alto que he sentido todo el año.”

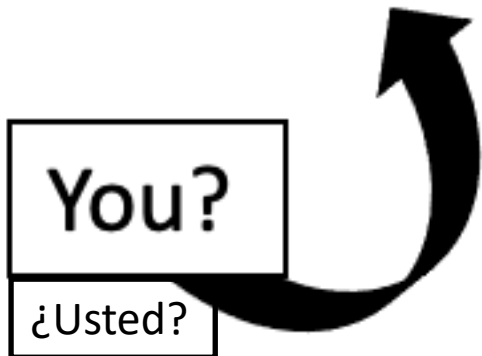
If you find yourself feeling stressed or anxious about your child going back to school, know that you are not alone.

Many parents share these feelings.

Si en algún momento se siente estresado/a o ansioso/a porque su hijo/a regresará a la escuela, tenga en cuenta que no está solo/a.

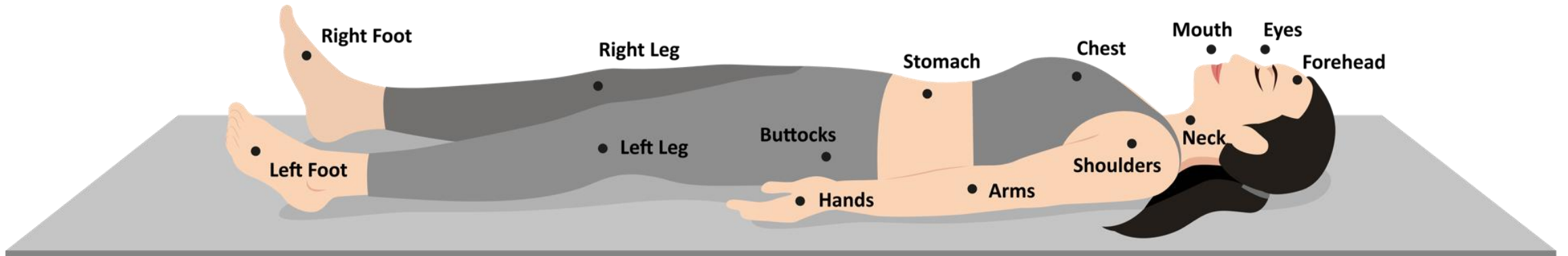
Muchos padres también comparten los mismos sentimientos.

8 out of 10 parents experience
back-to-school anxiety.



*8 de 10 padres sienten ansiedad debido al regreso a
la escuela.*

Progressive Muscle Relaxation Exercise



Ejercicio de Relajación Muscular Progresiva

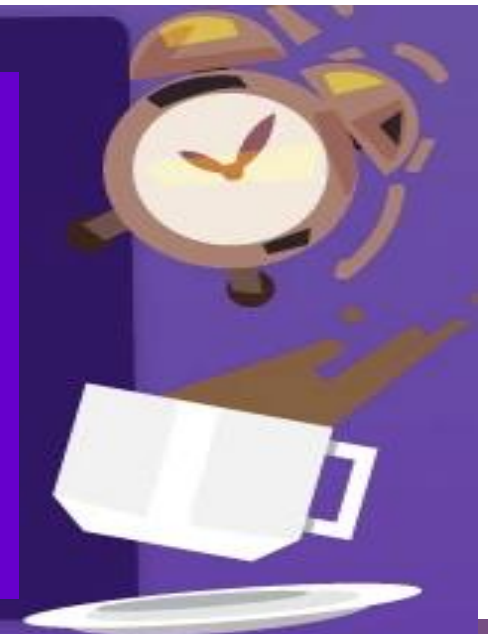
TOP 5 BACK-TO-SCHOOL STRESSES

1. Back-to-school shopping
2. Getting adjusted to new schedules
3. Early mornings
4. Getting my children out of bed in the mornings
5. Getting my children to school on time



LAS 5 PRINCIPALES TENSIONES DEL REGRESO A LA ESCUELA

1. Compras para el regreso a la escuela
2. Adaptándose a los nuevos horarios
3. Las horas tempranas en la mañana
4. Levantar a mis hijos/as de la cama por las mañanas.
5. Llevar a mis hijos/as a la escuela a tiempo



Getting Adjusted to New Schedules

- **Gradually adjust sleep routines:** Start adjusting bedtimes and wake-up times gradually in the week or two leading up to the start of school.
- **Discuss school expectations:** Have open conversations about the upcoming school year, any concerns your child may have, and what they can look forward to. Address any fears or worries and provide reassurance and support.
- **Communicate with teachers:** Establish open communication with your child's teachers to stay informed about their progress and any areas where they may need additional support.
- *What works for your family?*

Adaptarse a Nuevos Horarios

- **Gradualmente ajuste las rutinas de sueño:** Comience ajustando la hora para dormir y despertar de forma gradual en la semana o dos antes del inicio de la escuela.
- **Discuta las expectativas para la escuela:** Tenga conversaciones abiertas sobre el próximo año escolar, cualquier preocupación que tal vez tenga su hijo/a, y por lo que está emocionado/a. Hablen sobre cualquier temor o preocupación y proporcione tranquilidad y apoyo.
- **Comuníquese con los maestros:** Establezca una comunicación abierta con los maestros de su hijo/a para mantenerse informado sobre su progreso y cualquier área en la que tal vez necesiten apoyo adicional.
- *¿Qué funciona para su familia?*

Early Mornings

- **Create a consistent bedtime routine:** Establish a calming bedtime routine that signals to your child that it's time to wind down and prepare for sleep. This might include activities like reading a book, taking a warm bath, or listening to soft music.
- **Limit screen time before bedtime:** Avoid screens (e.g., phones, tablets, TVs) at least an hour before bedtime, as the blue light can interfere with the body's natural sleep-wake cycle.
- **Offer a nutritious breakfast:** Start the day with a healthy breakfast to provide the energy needed for school. Avoid sugary cereals or snacks that can cause energy crashes later in the morning.
- ***What works for your family?***

Temprano por las Mañanas

- ***Crear rutinas consistentes para acostarse:*** Establezca una rutina para acostarse que sea tranquilizante y que le indique a su hijo/a que es tiempo para relajarse y prepararse para dormir. Esto puede incluir actividades como leer un libro, bañarse con agua caliente, o escuchar música relajante.
- ***Limitar el tiempo frente a una pantalla antes de la hora de acostarse:*** Evitar las pantallas (como puede ser los teléfonos, tabletas, televisión) al menos una hora antes de la hora de dormir, ya que la luz azul puede interferir con el ciclo natural del cuerpo para dormir-despertar.
- ***Ofrecer un desayuno nutritivo:*** Comience el día con un desayuno saludable para proveerle la energía que se necesita para la escuela. Evite los cereales o comidas azucaradas que puede causar un bajón de energía más tarde en la mañana.
- ***¿Qué es lo que funciona para su familia?***

Getting Children out of Bed in the Mornings

- **Encourage physical activity in the morning:** Physical activity can help your child become more alert in the morning. Encourage them to stretch or dance with you.
- **Offer incentives:** Consider using positive reinforcement by offering small rewards or incentives for getting up on time and being ready in the morning.
- **Make mornings enjoyable:** Incorporate enjoyable elements into the morning routine, such as preparing their favorite breakfast, sharing funny stories, or playing a favorite song while getting ready.
- *What works for your family?*

Despertar a sus Hijos por la Mañana

- ***Motive la actividad física por la mañana:** La actividad física puede ayudarle a su hijo/a a que esté más alerta por la mañana. MotíVELO/a para que se estiren o bailen con ustedes.*
- ***Ofrezca incentivos:** Considere utilizar técnicas positivas como premios pequeños o incentivos por levantarse temprano y estar listos por la mañana.*
- ***Hacer las mañanas más alegres:** Incorporar elementos alegres a la rutina de la mañana, tales como preparar su desayuno preferido, compartir algo chistoso, o tocar una canción favorita mientras se prepara.*
- *¿Qué funciona para su familia?*



Q & A

Preguntas y Respuestas

Whole Family, Whole Child Well-Being

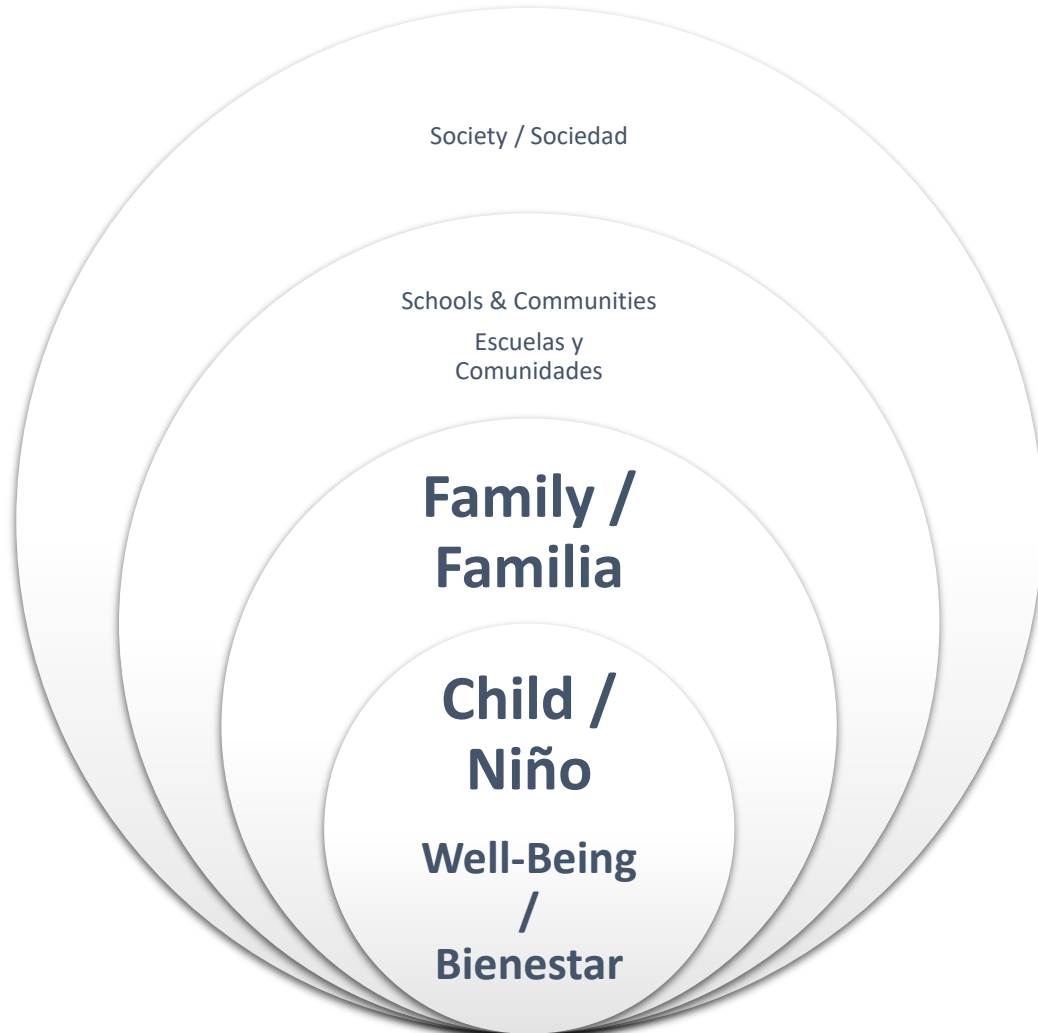
*Bienestar de la Familia y Niño/a
en su Totalidad*



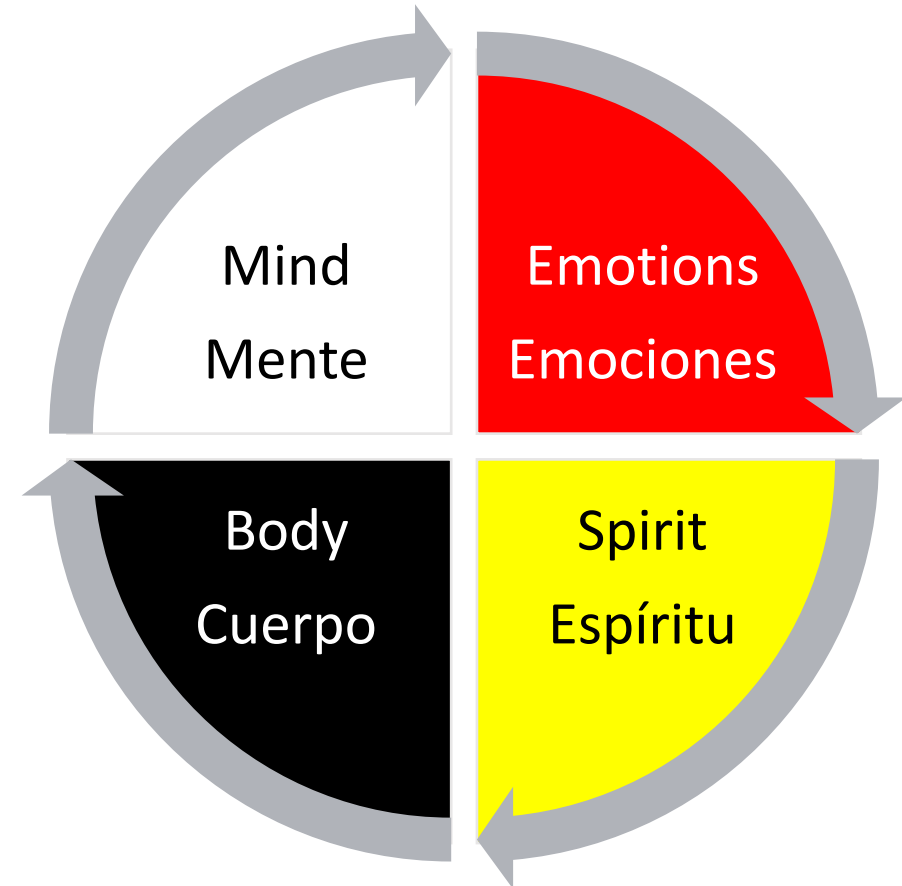
Whole Family, Whole Child Well-Being

Bienestar de la Familia, Niño/a en su Totalidad

The Circle of Impact Model
Modelo de Círculo de Impacto



Medicine Wheel
Rueda de la Medicina



Family Well-Being

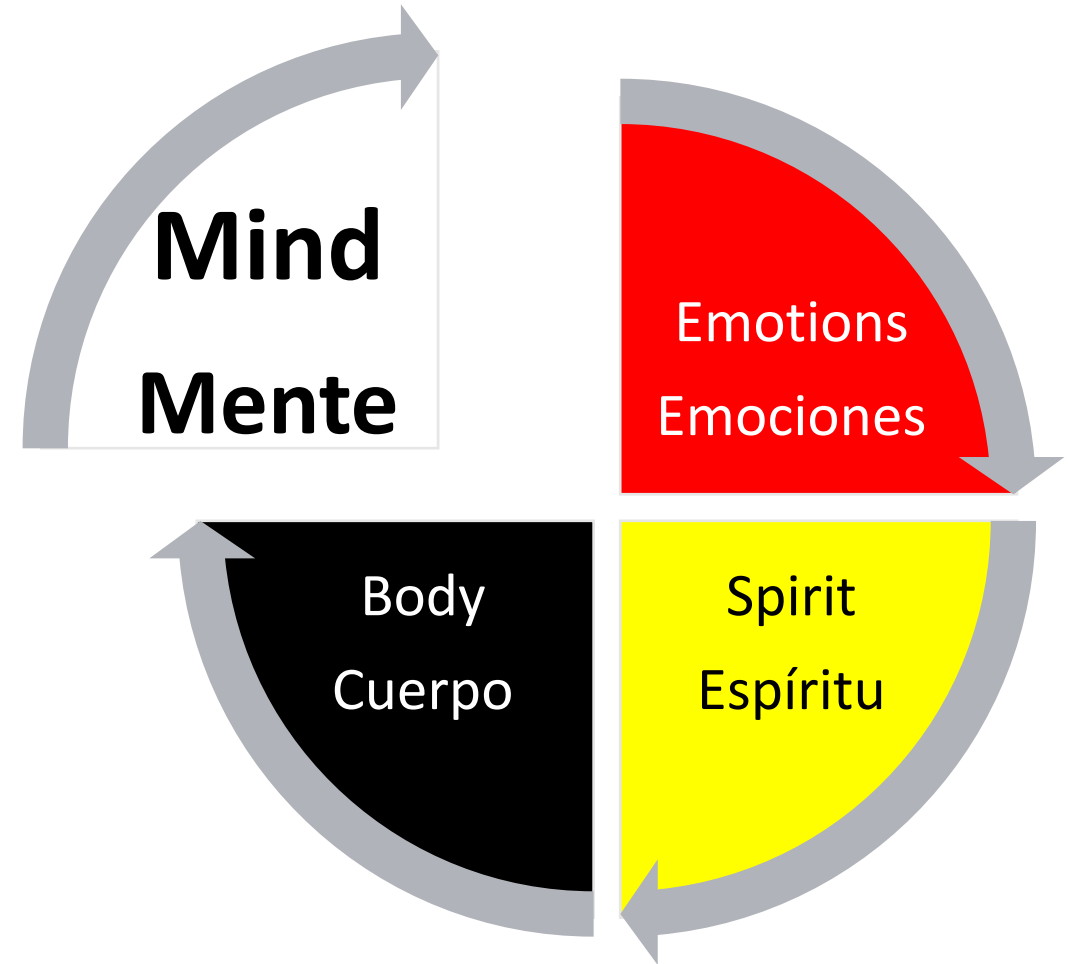
Self-Reflection Questions:

- What helps you to calm the mind?
- What helps you to calm worry thoughts?

Preguntas de Auto Reflexión:

- *¿Qué le ayuda a tranquilizar su mente?*
- *¿Qué es lo que le ayuda a tranquilizar los pensamientos preocupantes?*

Bienestar Familiar



Family Well-Being

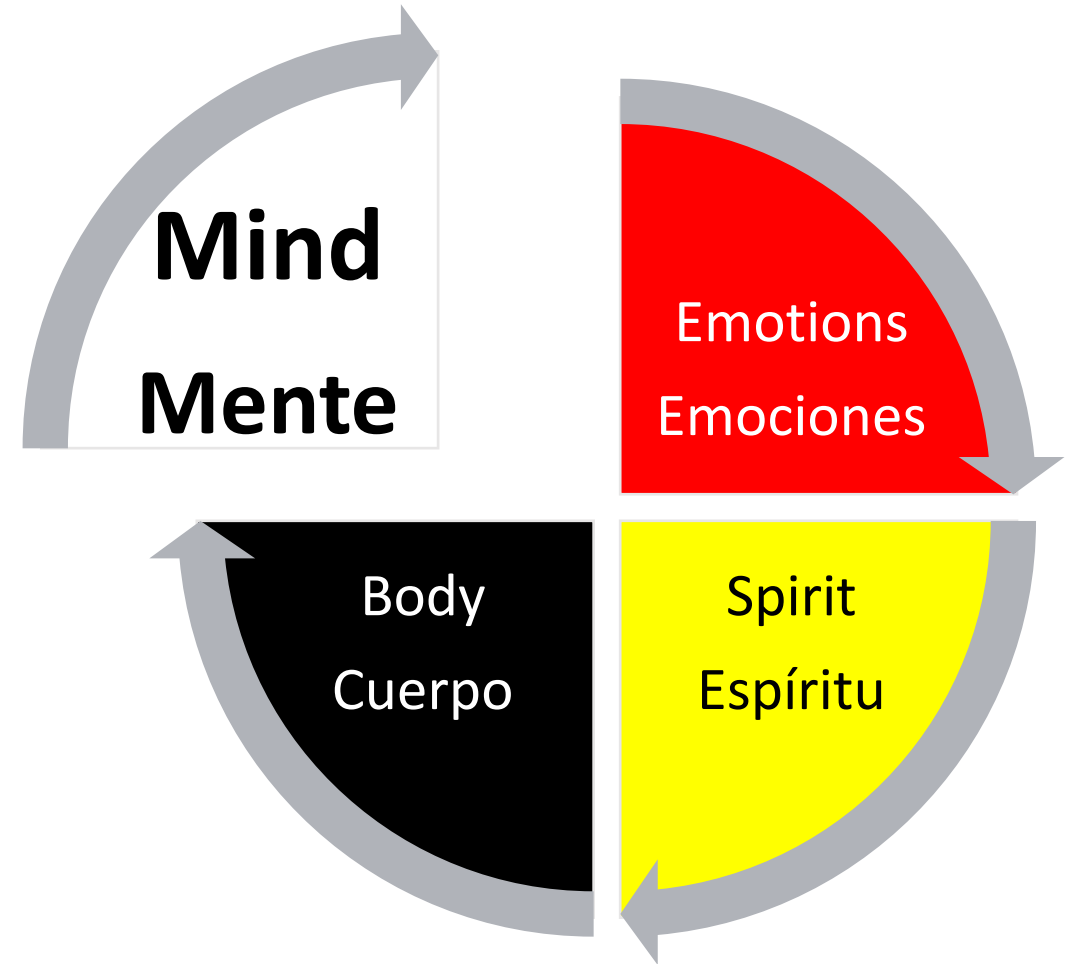
Ideas from Parents:

- A. I practice deep breathing, meditation, or prayer to calm my racing thoughts.
- B. I set realistic expectations for myself and my child's academic journey.
- C. I take breaks from information overload and limit how much distressing news I watch.
- D. I challenge negative thoughts and replace them with other helpful thoughts like, **"things tend to work out okay"** or **"even if it's hard, I can figure it out and reach out for support."**

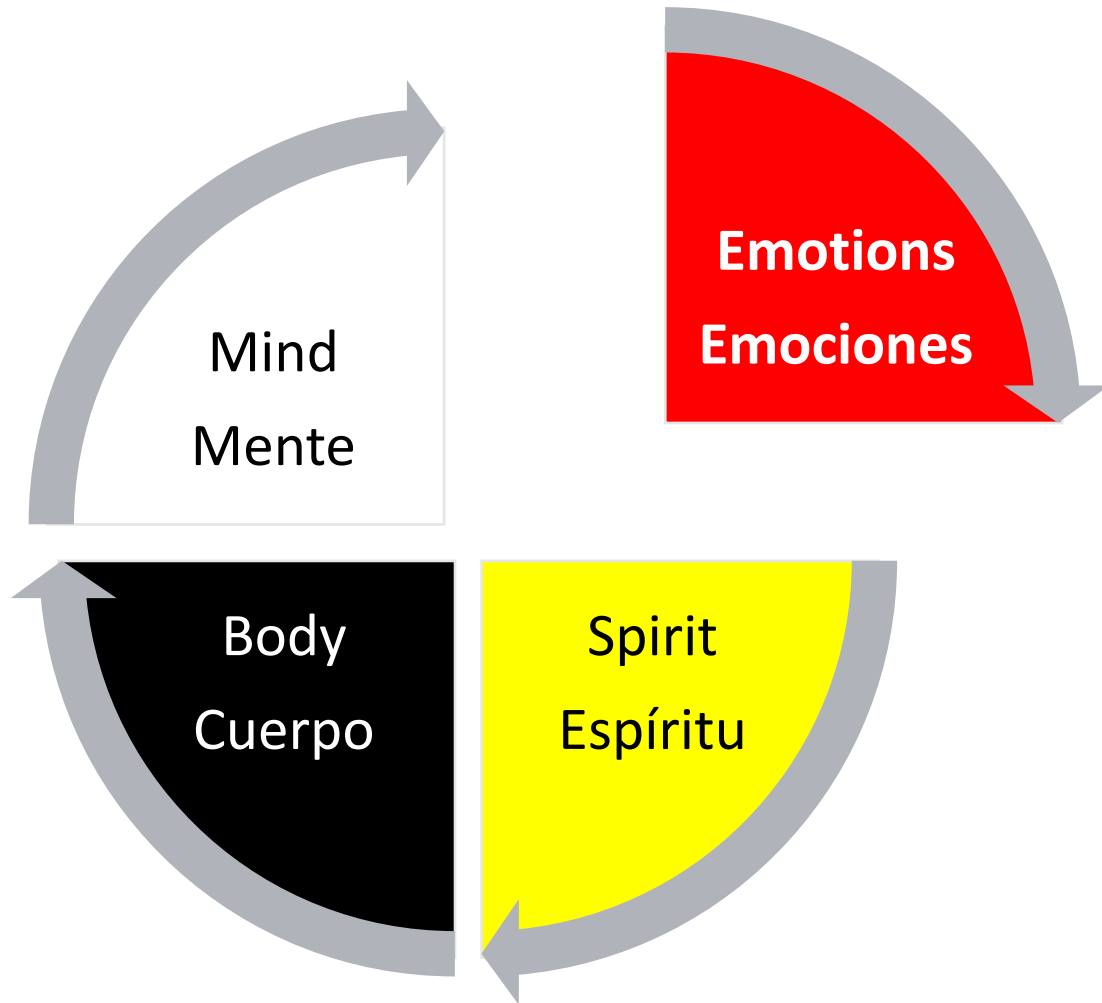
Ideas de los padres:

- A. *Practico la respiración profunda, meditación, u oración para tranquilizar los pensamientos.*
- B. *Establezco expectativas reales para mí mismo y para el trayecto académico de mi hijo/a.*
- C. *Evito por momentos ver tanta información y limitar cuántas noticias veo.*
- D. *Doy fin a los pensamientos negativos y los remplazo con otros pensamientos útiles como, **"las cosas usualmente tienen buen resultado"** o **"aunque sea difícil, puedo intentarlo y pedir apoyo."***

Bienestar Familiar



Family Well-Being



Bienestar Familiar

Self-Reflection Questions:

- How do you model and encourage healthy emotional expression and communication within your family?
- How can you help your children develop emotional intelligence and coping skills to navigate their feelings effectively?

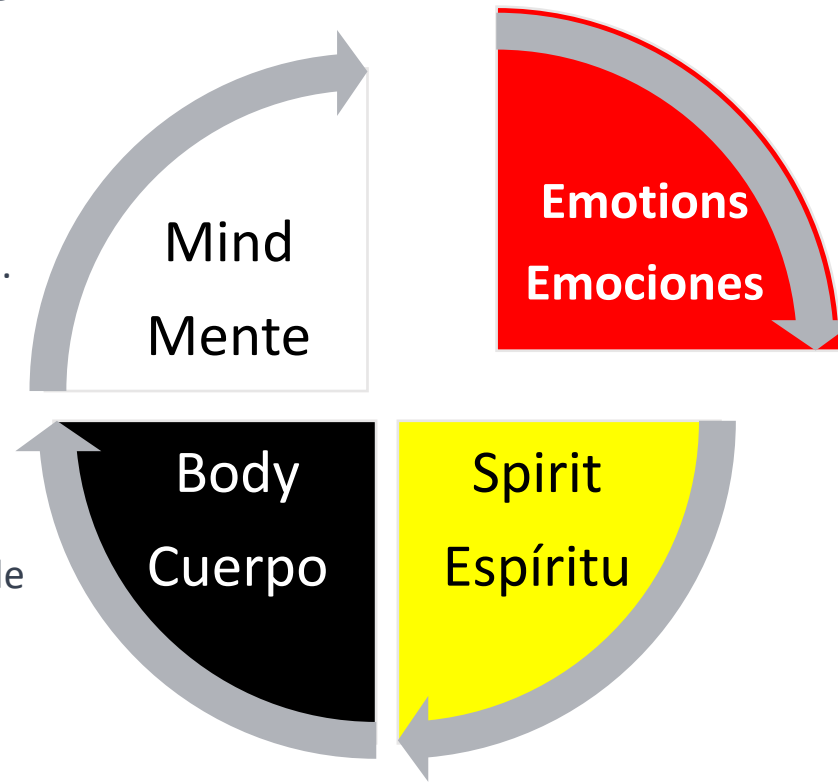
Preguntas de Auto Reflexión:

- *¿Cómo da el ejemplo y motiva una expresión y comunicación positiva de las emociones dentro de su familia?*
- *¿Cómo puede ayudar a sus hijos para que desarrollen la inteligencia emocional y las destrezas de afrontamiento para navegar los sentimientos de manera efectiva?*

Family Well-Being

Ideas from Parents:

- A. I talk openly with my daughter about her feelings about going back to school and accept them. I don't have to rescue her from her feelings. I understand emotions will pass.
- B. I reach out to supportive friends or family members to share my experiences and worries. They listen to me and make me feel understood.
- C. I learned to accept my child's emotions without judgment or feeling like I am to blame.
- D. I do things that bring me joy and relax me. I have hobbies or like spending time having fun with people I love and trust.
- E. I told my daughter she has a right to her feelings. I make rules about her behavior though. No matter how mad she feels, I told her she can't slam doors in our house.



Bienestar Familiar

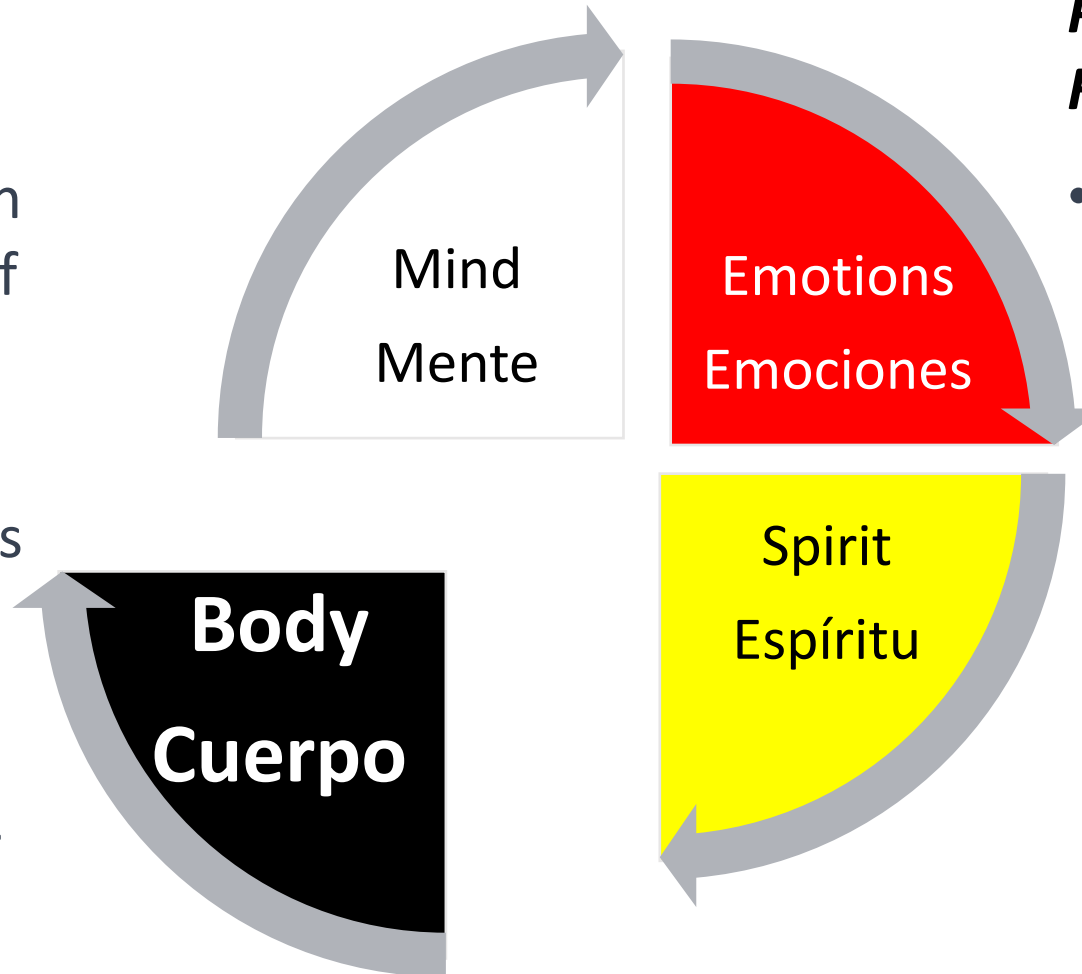
Ideas de los padres:

- A. *Hablo abiertamente con mi hija sobre sus sentimientos referentes al regreso a la escuela y los acepto. No siento que tengo que rescatarla de sus sentimientos. Estoy consciente que los sentimientos son pasajeros.*
- B. *Estoy en contacto con amistades o familiares que me apoyan para compartir mis experiencias y preocupaciones. Me escuchan y me hacen sentir que entienden.*
- C. *He aprendido aceptar las emociones de mi hijo/a sin prejuicios o sentimientos que yo soy culpable.*
- D. *Hago cosas que me dan alegría y que me relajan. Tengo pasatiempos o me gusta pasar tiempo con las personas que amo y en quien confío.*
- E. *Le dije a mi hija que tiene todo derecho a sus sentimientos, pero yo establezco reglas para su comportamiento. Sin importar que tan enojada esté, le dije que no puede somatar las puertas en nuestro hogar.*

Family Well-Being

Self-Reflection Questions:

- How is physical health and wellness a part of your family's daily routines?
- What adjustments can be made to ensure a more balanced and active lifestyle for everyone?



Bienestar Familiar

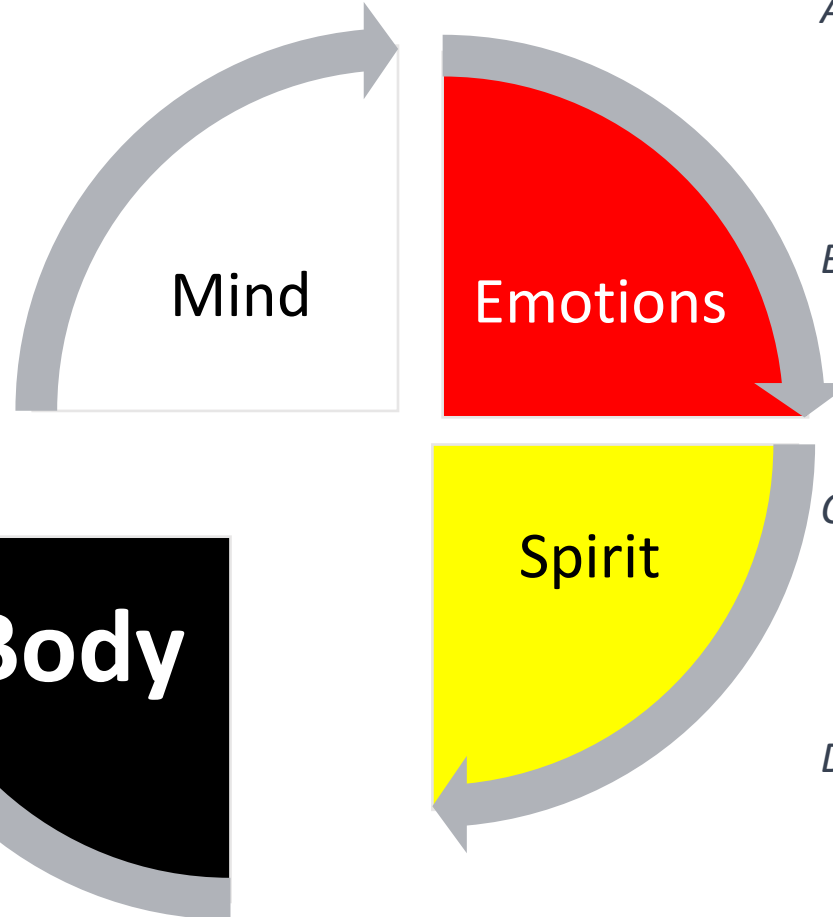
Preguntas de Auto Reflexión:

- *¿Cómo son la salud física y el bienestar parte de la rutina diaria de la familia?*
- *¿Qué ajustes se podrían hacer para asegurar un estilo de vida más balanceado y activo para todos?*

Family Well-Being

Ideas from Parents:

- A. In our family, it's important for us to take a walk outside after dinner. If we can't walk outside, we stretch in the living room.
- B. Me and my kids drink a lot of water (especially in this heat!). Each has their own color-coded water bottle with stickers.
- C. I make sure we all get enough sleep! I notice that when I don't get enough sleep it affects my mood and stress levels.
- D. I've tried things like dancing or yoga to relax and have fun. It helps me get the stress out.



Bienestar Familiar

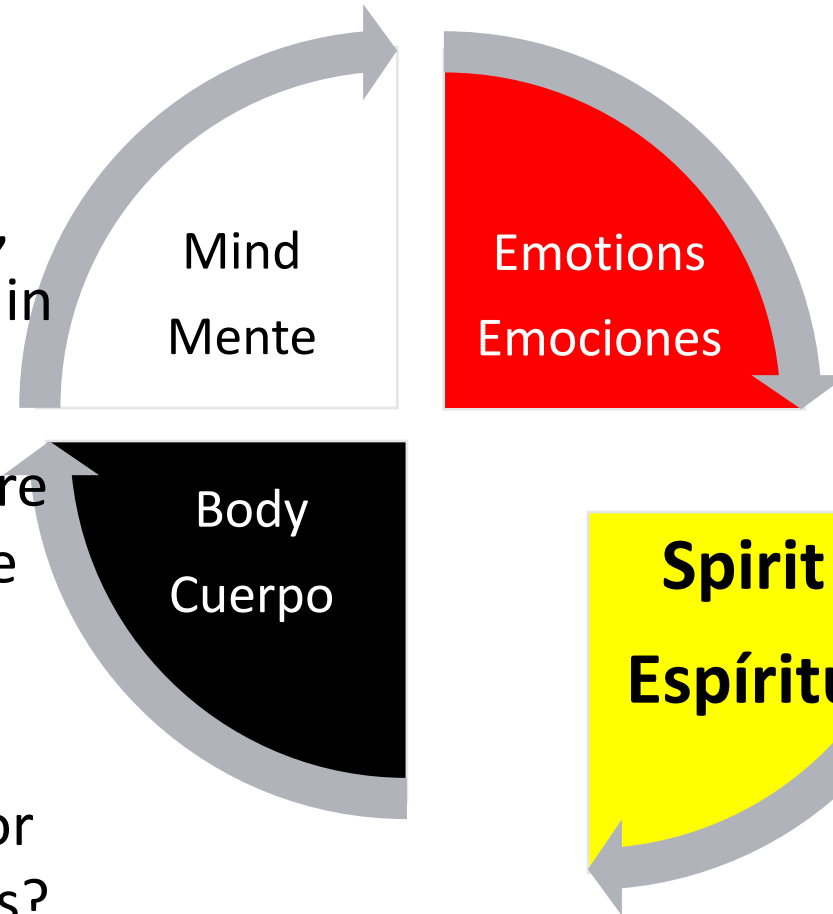
Ideas de los padres:

- A. *En nuestra familia, es importante que vayamos a caminar al aire libre después de la cena. Si no podemos salir, podemos hacer estiramientos en la sala.*
- B. *Mis hijos y yo tomamos mucha agua (¡especialmente cuando hace calor!) Cada uno tiene su botella de color para agua decorada con calcomanías.*
- C. *¡Me aseguro de que todos duerman lo suficiente! Me doy cuenta de que cuando no duermo lo suficiente, afecta mi estado de ánimo y nivel de estrés.*
- D. *He intentado cosas como bailar o yoga para relajarme y divertirme. Me ayuda a sacar el estrés.*

Family Well-Being

Self-Reflection Questions:

- What gives you and your family a sense of purpose, connection, and meaning in life?
- What values and beliefs are important for you to share with your children?
- How do your beliefs and values offer you support or guidance in times of stress?



Bienestar Familiar

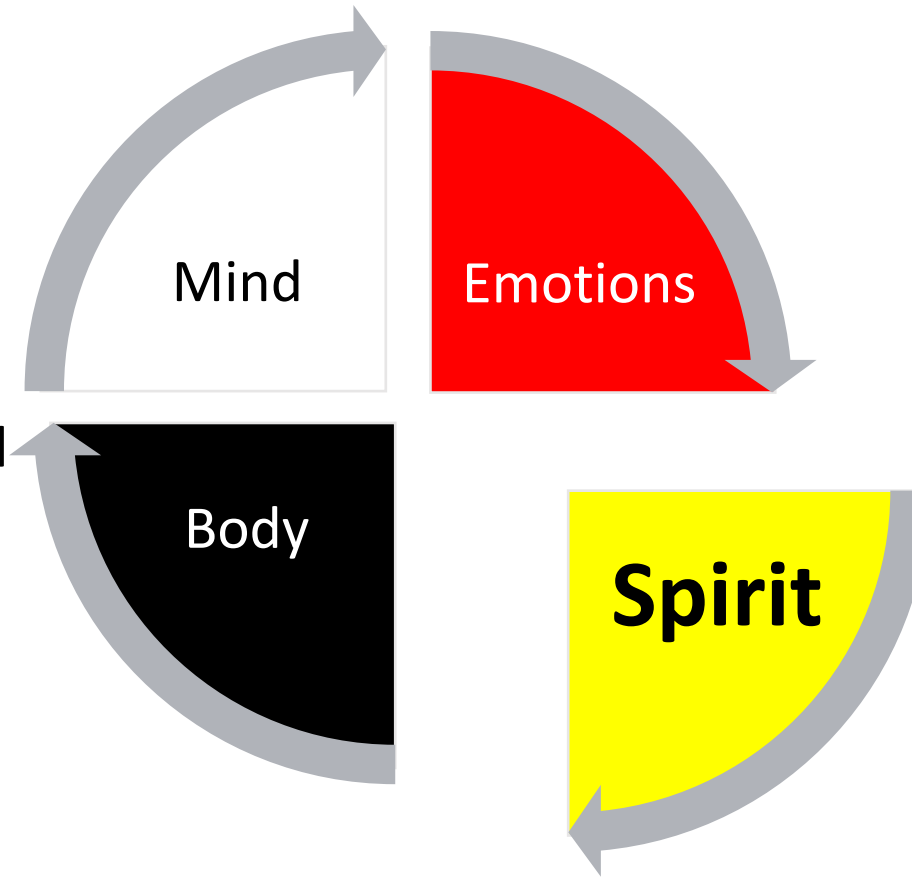
Preguntas de auto reflexión:

- *¿Qué es lo que le da a usted y a su familia un sentido de propósito, conexión, y significado de la vida?*
- *¿Qué valores y creencias son importantes para usted que comparte con sus hijos?*
- *¿Cómo es que sus creencias y valores le ofrecen apoyo y guía en tiempos que siente estrés?*

Family Well-Being

Ideas from Parents:

- I connect with nature by spending time outdoors and appreciating nature.
- I practice gratitude by keeping a journal of things I am thankful for. I got journals for my children too.
- I meditate and pray and that brings me comfort.



Bienestar Familiar

Ideas de los padres:

- *Me conectó con la naturaleza al pasar tiempo al aire libre y apreciar la naturaleza.*
- *Practico la gratitud por medio de escribir en un diario las cosas por las que estoy agradecido. Mis niños también tienen un diario.*
- *Meditar y orar me da consuelo.*



Q & A

Preguntas y Respuestas

Los Angeles Unified's
Student & Family Wellness Hotline
Consultations, Support & Referrals

Need help?
Call (213) 241-3840
Weekdays 8 a.m. to 5 p.m.

For support with: Mental Health,
Immunizations, Health Insurance, Food
and Housing, Enrollment and more



El Distrito Unificado de Los Angeles Línea de
Información de Bienestar Familiar y Estudiantil
Consultas, Apoyo y Remisiones a Services

¿Necesita ayuda?
Llame al (213) 241-3840
Días laborables 8 a.m. a 5 p.m.

Para recibir apoyo en: Salud Mental, Vacunas, Seguro
Médico, Comida y Vivienda Inscripción y más

Learn more/Aprende más

Student Health and Human Services (SHHS)

Salud y Servicios Humanos para Estudiantes (SHHS)



lausd.org/shhs



[Lausd_shhs](https://www.facebook.com/Lausd_shhs)



[shhs_laUSD](https://www.instagram.com/shhs_laUSD)



[@SHHSLausd](https://twitter.com/SHHSLausd)



333 S. Beaudry Av., 29th Floor
Los Angeles, CA 90017



ask-shhs@lausd.net
mentalhealth@lausd.net



(213) 241-3848





Review of today's learning

1. Understand the challenges and stressors that parents and children may face during the back-to-school transition
2. Learn effective coping strategies and techniques to manage back-to-school stress for both parents and children
3. Develop a whole family, whole child approach to wellness during the back-to-school transition and beyond.

Repaso del aprendizaje de hoy

1. *Entender los retos y factores estresantes que los padres y niños pueden enfrentar durante la transición al regresar a la escuela*
2. *Aprender las estrategias y técnicas de afrontamiento para manejar el estrés al regresar a la escuela tanto para los padres como para los niños*
3. *Desarrollar enfoques de bienestar para toda la familia, todo el niño/a durante la transición de regreso a la escuela y más.*

Call to Action



Llamada a la Acción

What is something
you learned today
that you would like
to put into practice or
share with others?
Let us know in chat!



*¿Qué es algo que
aprendió hoy que le
gustaría poner en
práctica o compartir
con otros?
¡Díganos en el chat!*



Evaluation



Evaluación

Please take a few minutes to tell us how this workshop supported your learning.

Por favor tome unos minutos para informarnos cómo este taller apoyó su aprendizaje.

<https://bit.ly/FAW2023-08-09>

2023 08.09 Successful Back to School Starts With Self-Care

English
Spanish

SESSION EVALUATION

1. Select the date of the session.*





ThoughtExchange

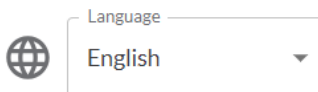
tejoin.com/scroll/298124355



Welcome

This Exchange was created by LAUSD Office of Student, Family and Community Engagement

Parents and families, what Family Academy workshop topics would support you and your student at Los Angeles Unified to be healthy, excel in the classroom, and to be ready for college, career and life?



translated by Google

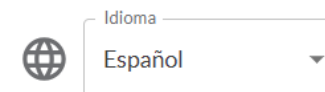
Get started



Bienvenido

Este Intercambio fue creado por la Oficina de Participación de Estudiantes, Familias y Comunidad del LAUSD

Padres y familias, ¿qué temas de los talleres de Family Academy los ayudarían a usted y a su estudiante en el Distrito Escolar Unificado de Los Ángeles a estar saludables, sobresalir en el salón de clases y estar listos para la universidad, la carrera y la vida?



translated by Google

Comenzar

Upcoming Webinars



Próximos seminarios web

Date: Monday, 08/14

Time: 5:30 – 7:00pm

Topic: **English Language Arts: What Parents should Know and Be Able to do to Help their Students**

Fecha: *lunes, 14/08*

Hora: 5:30 – 7:00pm

Tema: ***Lengua y Literatura en Inglés: Lo que los Padres Deben Saber y Ser Capaces de Hacer para Ayudar a sus Estudiantes***

Date: Monday, 08/21

Time: 5:30 – 7:00pm

Topic: **Mathematics: What Parents should Know and Be Able to do to Help their Students**

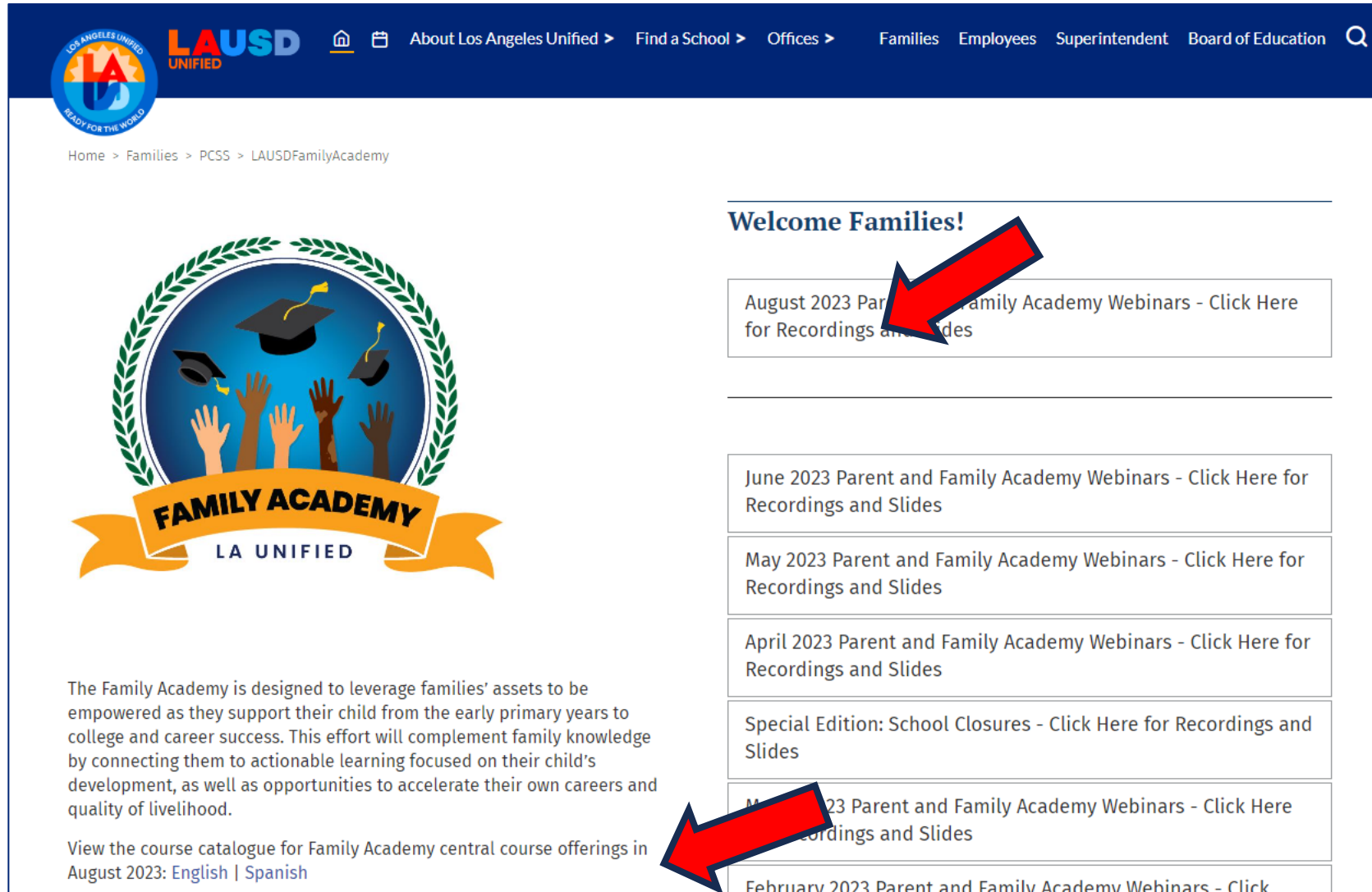
Fecha: *lunes, 21/08*

Hora: 5:30 – 7:00pm

Tema: ***Matemáticas: Lo que los Padres Deben Saber y Ser Capaces de Hacer para Ayudar a sus Estudiantes***

Family Academy webpage

Academia para la Familia página web



LAUSD UNIFIED

Home > Families > PCSS > LAUSDFamilyAcademy



FAMILY ACADEMY
LA UNIFIED

The Family Academy is designed to leverage families' assets to be empowered as they support their child from the early primary years to college and career success. This effort will complement family knowledge by connecting them to actionable learning focused on their child's development, as well as opportunities to accelerate their own careers and quality of livelihood.

View the course catalogue for Family Academy central course offerings in August 2023: [English](#) | [Spanish](#)

Welcome Families!

August 2023 Parent and Family Academy Webinars - Click Here for Recordings and Slides

June 2023 Parent and Family Academy Webinars - Click Here for Recordings and Slides

May 2023 Parent and Family Academy Webinars - Click Here for Recordings and Slides

April 2023 Parent and Family Academy Webinars - Click Here for Recordings and Slides

Special Edition: School Closures - Click Here for Recordings and Slides

March 2023 Parent and Family Academy Webinars - Click Here for Recordings and Slides

February 2023 Parent and Family Academy Webinars - Click Here for Recordings and Slides

lausd.org/familyacademy



ACADEMIA PARA LA FAMILIA CATÁLOGO DE CURSOS

Agosto de 2023

Fecha y Hora	Lugar	Título y descripción
Miércoles 9 de agosto	https://bit.ly/familyacademywebinar	El Regreso Exitoso a la Escuela Comienza con el Autocuidado <i>¿Está usted o su estudiante sintiéndose ansioso o estresado por regresar a la escuela? Venga a aprender consejos, técnicas y estrategias de autocuidado para un comienzo exitoso del año escolar y más allá.</i>
5:30 – 7:00 pm	ID de webinario: 895 5755 5227	
Lunes 14 de agosto	https://bit.ly/familyacademywebinar	Lengua y Literatura en Inglés: Lo que los Padres Deben Saber y Ser Capaces de Hacer para Ayudar a sus Estudiantes <i>Aprenda de los expertos del distrito sobre los estándares de instrucción utilizados en Lengua y Literatura en Inglés de TK a grado 12. Adquiera estrategias para conectar la escuela y el hogar.</i>
5:30 – 7:00 pm	ID de webinario: 895 5755 5227	
Lunes 21 de agosto	https://bit.ly/familyacademywebinar	Matemáticas: Lo que los Padres Deben Saber y Ser Capaces de Hacer para Ayudar a sus Estudiantes <i>Aprenda de los expertos del distrito sobre los estándares de instrucción utilizados en Matemáticas de TK a grado 12. Adquiera estrategias para conectar la escuela y el hogar.</i>
5:30 – 7:00 pm	ID de webinario: 895 5755 5227	
Miércoles 23 de agosto	https://bit.ly/familyacademywebinar	Conocer al Personal de su Escuela y Prepararse para la Noche de Regreso a la Escuela y Conferencias de Padres <i>Acompáñenos para aprender de un panel de personal escolar y padres sobre qué esperar de la Noche de Regreso a la Escuela. Aprenda cómo prepararse y qué preguntas podría hacer para apoyar a su estudiante.</i>
5:30 – 7:00 pm	ID de webinario: 895 5755 5227	
Lunes 28 de agosto	https://bit.ly/familyacademywebinar	Sesión 1 de Aprendizaje Legislativo <i>¿Le gustaría conocer cómo se aprueban las leyes? ¿Se ha preguntado alguna vez cómo usted puede hacer un cambio en su comunidad local? En esta serie de tres partes, aprenderá cómo abogar por los estudiantes y las escuelas de LAUSD. En la sesión 1, nos enfocaremos en el gobierno estatal y cómo el Distrito Unificado de Los Angeles puede elevar las prioridades de los padres de familia a Sacramento.</i>
5:30 – 7:00 pm	ID de webinario: 895 5755 5227	
Miércoles 30 de agosto	https://bit.ly/familyacademywebinar	Mes Nacional de Preparación con la Cruz Roja Americana <i>El mes de septiembre es el mes nacional de preparación. Acompáñenos para aprender cómo prepararse, a sus familias y nuestros hogares para la eventualidad de un desastre. Averigüe qué otras labores que afectan las vidas son el enfoque de la Cruz Roja Americana y cómo usted puede formar parte de las labores.</i>
5:30 – 7:00 pm	ID de webinario: 895 5755 5227	

Los seminarios web de la Academia para la Familia, a menos que se especifique de otra manera, están disponibles en inglés con interpretación simultánea al español, así como subtítulos en inglés y serán grabados. Podrá ver las sesiones grabadas 72 horas después de la sesión en vivo por medio de <https://lausd.org/familyacademy>. Si necesita adaptaciones especiales, envíe un correo electrónico a families@lausd.net con su petición al menos 2 semanas antes del seminario web.



FAMILY ACADEMY COURSE CATALOGUE

August 2023

Date & Time	Location	Title & Description
Wednesday August 9	https://bit.ly/familyacademywebinar	Successful Back-to-School Starts with Self-Care <i>Are you or your student feeling anxious or stressed about going back to school? Come learn self-care tips, techniques and strategies towards a successful start of the school year and beyond.</i>
5:30 – 7:00 pm	Webinar ID #: 895 5755 5227	
Monday August 14	https://bit.ly/familyacademywebinar	English Language Arts: What Parents should Know and Be Able to do to Help their Students <i>Learn from district experts about the instructional standards used in English Language Arts from TK-12th grade. Learn strategies to connect school to home.</i>
5:30 – 7:00 pm	Webinar ID #: 895 5755 5227	
Monday August 21	https://bit.ly/familyacademywebinar	Mathematics: What Parents should Know and Be Able to do to Help their Students <i>Learn from district experts about the instructional standards used in Mathematics from TK-12th grade. Learn strategies to connect school to home.</i>
5:30 – 7:00 pm	Webinar ID #: 895 5755 5227	
Wednesday August 23	https://bit.ly/familyacademywebinar	Getting to Know your School Staff and Preparing for Back-to-School Night and Parent Conferences <i>Join us to learn from a panel of school staff and parents about what to expect from Back to School Night. Learn how to prepare and what questions you can ask to support your student.</i>
5:30 – 7:00 pm	Webinar ID #: 895 5755 5227	
Monday August 28	https://bit.ly/familyacademywebinar	Legislative Learning Session 1 <i>Are you curious how laws are passed? Have you wondered how you can make a change in your local community? In this three-part series, learn how to advocate for students and schools in LAUSD. In session 1, we will focus on state government and how LA Unified can elevate parent priorities to Sacramento.</i>
5:30 – 7:00 pm	Webinar ID #: 895 5755 5227	
Wednesday August 30	https://bit.ly/familyacademywebinar	National Preparedness Month with American Red Cross <i>September is National Preparedness Month. Join us and learn how to prepare ourselves, our families and our homes for the eventuality of a disaster. Find out what other life-impacting work is at the heart of the American Red Cross and how you can be a part of it.</i>
5:30 – 7:00 pm	Webinar ID #: 895 5755 5227	

Family Academy webinars, unless specifically noted, will be provided in English and Spanish simultaneously with closed captioning in English and will be recorded. You may review recorded sessions 72 hours after the live session at <https://lausd.org/familyacademy>. If you require special accommodations, please email families@lausd.net with your request at least 2 weeks prior to the webinar.

August is Immunization Awareness Month

Agosto, Mes de la Concientización de las Vacunas



IMMUNIZATION BENEFITS TO STUDENTS AND COMMUNITY HEALTH:

- Children who are properly immunized are not at a greater risk to get serious vaccine-preventable diseases and are also susceptible to various other health problems.
- Fewer people around sick and unimmunized children are at risk of contracting diseases.
- Fewer infectious disease cases among vulnerable groups, avoiding a broader community outbreak.

COST TO DISTRICT FOR NONCOMPLIANCE:

- For Fiscal Year 2022 Cost to District = \$445,413.00

LOS BENEFICIOS DE LAS INMUNIZACIONES O VACUNAS A LAS SALUD ESTUDIANTIL Y COMUNITARIA:

- *Los niños que están debidamente vacunados no tienen un mayor riesgo de adquirir enfermedades graves y prevenibles por medio de las vacunas también son susceptibles a otros problemas de salud.*
- *Un menor número de personas enfermas en la comunidad y niños sin vacunar están en riesgo de contraer enfermedades.*
- *Menos casos de enfermedades infecciosas entre los grupos vulnerables que evita un brote más generalizado en la comunidad.*

COSTO AL DISTRITO AL INCUMPLIR CON LOS LINEAMIENTOS CORRESPONDIENTES:

- *Para el año fiscal 2022, le costó al distrito = \$445,413.00*

The logo for LAUSD Unified, featuring the letters "LAUSD" in a large, bold, sans-serif font. The "LA" is orange and the "USD" is blue. Below "LAUSD" is the word "UNIFIED" in a smaller, bold, orange sans-serif font. The entire logo is set against a dark blue background.

