

EASTPORT-SOUTH MANOR JR.-SR. HIGH SCHOOL

543 Moriches-Middle Island Road • Manorville, NY 11949 • (631) 801-3250 • Fax (631) 874-6787 • www.esmonline.org

JOSEPH A. STEIMEL
Superintendent of Schools



SAL ALAIMO, *Principal*
STEVEN GIACOLONE, *Interim Assistant Principal*
JAMES P. MCCLINTOCK, *Assistant Principal*
KRISTYN PELLEGRINI, *Assistant Principal*

March 22, 2024

Dear Parents/Guardians:

We are writing to inform you about an important upcoming program for our middle school students. In an effort to promote mental well-being and create a safe space for students to discuss mental health concerns, a group of trained peer leaders under the guidance of our mental health staff, will be presenting interactive presentations on mental health and suicide prevention.

What to Expect:

- The presentations will be age-appropriate and focus on building awareness and understanding of mental health challenges that students may face.
- Peer leaders will discuss common emotions like stress, anxiety, and depression, emphasizing that these feelings are normal and there are healthy ways to cope with them.
- The presentations will highlight the importance of seeking help and provide students with resources and strategies to reach out to trusted adults, including counselors, teachers, and parents/guardians.
- Suicide prevention will be addressed in a sensitive and informative manner. The focus will be on recognizing warning signs, reducing stigma, and emphasizing the availability of help.

Why Peer Leaders?

Research shows that students often feel more comfortable talking to their peers about sensitive topics. Peer leaders have been specifically chosen and trained to deliver this information in a relatable and engaging way. They understand the challenges their peers face and can provide a safe space for open discussion.

Your Role:

This presentation is an excellent starting point for conversations with your child about mental health. Here are some ways you can be involved:

- **Talk to your child** before and after the presentations to see if they have any questions or concerns.
- Let them know you are always there to listen without judgment.
- Familiarize yourself with the resources provided by the school and community mental health organizations.

Resources:

For more information and resources, you can visit the following websites:

- The National Suicide Prevention Lifeline: 988 (<https://988lifeline.org/current-events/the-lifeline-and-988/>)
- The National Alliance on Mental Illness (NAMI): <https://www.nami.org/Home>
- The Jed Foundation: <https://jedfoundation.org/>

We understand that mental health is a sensitive topic, but open communication is crucial. By working together, we can create a supportive environment where students feel comfortable seeking help when they need it.

If you have any questions or concerns, please do not hesitate to contact the school counselor or our mental health staff.

Sincerely,

Sal Alaimo
Principal

Eastport-South Manor Central School District

149 Dayton Avenue • Manorville, New York 11949 • (631) 801-3000 • Fax (631) 874-6750 • www.esmonline.org

EASTPORT-SOUTH MANOR JR.-SR. HIGH SCHOOL

543 Moriches-Middle Island Road • Manorville, NY 11949 • (631) 801-3250 • Fax (631) 874-6787 • www.esmonline.org

JOSEPH A. STEIMEL
Superintendent of Schools



SAL ALAIMO, *Principal*
STEVEN GIACOLONE, *Interim Assistant Principal*
JAMES P. MCCLINTOCK, *Assistant Principal*
KRISTYN PELLEGRINI, *Assistant Principal*

22 de marzo de 2024

Estimados padres/tutores:

Le escribimos para informarle sobre un próximo programa importante para nuestros estudiantes de secundaria. En un esfuerzo por promover el bienestar mental y crear un espacio seguro para que los estudiantes hablen sobre problemas de salud mental, un grupo de pares líderes capacitados, bajo la guía de nuestro personal de salud mental, presentarán presentaciones interactivas sobre salud mental y prevención del suicidio.

Que esperar:

- Las presentaciones serán apropiadas para la edad y se centrarán en generar conciencia y comprensión sobre los desafíos de salud mental que los estudiantes pueden enfrentar.
- Los pares líderes discutirán emociones comunes como el estrés, la ansiedad y la depresión, enfatizando que estos sentimientos son normales y que hay maneras saludables de afrontarlos.
- Las presentaciones resaltarán la importancia de buscar ayuda y brindarán a los estudiantes recursos y estrategias para comunicarse con adultos de confianza, incluidos consejeros, maestros y padres/tutores.
- La prevención del suicidio se abordará de manera sensible e informativa. La atención se centrará en reconocer las señales de advertencia, reducir el estigma y enfatizar la disponibilidad de ayuda.

¿Por qué líderes pares?

Las investigaciones muestran que los estudiantes a menudo se sienten más cómodos hablando con sus compañeros sobre temas delicados. Los líderes pares han sido elegidos y capacitados específicamente para brindar esta información de una manera atractiva y relacionable. Entienden los desafíos que enfrentan sus pares y pueden brindar un espacio seguro para una discusión abierta.

Tu rol:

Esta presentación es un excelente punto de partida para conversar con su hijo sobre la salud mental. A continuación se muestran algunas formas en las que puede participar:

- Hable con su hijo antes y después de las presentaciones para ver si tiene alguna pregunta o inquietud.
- Hágales saber que usted siempre está ahí para escucharlos sin juzgarlos.
- Familiarícese con los recursos proporcionados por la escuela y las organizaciones comunitarias de salud mental.

Recursos:

Para obtener más información y recursos, puede visitar los siguientes sitios web:

- Línea Nacional de Prevención del Suicidio: 988 (<https://988lifeline.org/current-events/the-lifeline-and-988/>)
- La Alianza Nacional sobre Enfermedades Mentales (NAMI): <https://www.nami.org/Home>
- La Fundación Jed: <https://jedfoundation.org/>

Entendemos que la salud mental es un tema delicado, pero la comunicación abierta es crucial. Al trabajar juntos, podemos crear un ambiente de apoyo donde los estudiantes se sientan cómodos buscando ayuda cuando la necesitan.

Si tiene alguna pregunta o inquietud, no dude en comunicarse con el consejero escolar o nuestro personal de salud mental.

Atentamente,

A handwritten signature in black ink, appearing to read "Sal Alaimo".

Sal Alaimo
Principal

Eastport-South Manor Central School District

149 Dayton Avenue • Manorville, New York 11949 • (631) 801-3000 • Fax (631) 874-6750 • www.esmonline.org