

# Social Media and Mental Health

Social media has become an integrated part of daily life, with an estimated 3 billion social media users worldwide. Social media can be positive, allowing people to stay connected. But it can negatively affect children, especially amid COVID-19, when there are less opportunities for in-person interactions. Mental health is a particular concern. Too much social media use can affect the mental health of children, adolescents, and teens.

Research on social media has grown rapidly. This article discusses the positives and negatives of using social media, and provides tips for resource parents on managing children's social media use.



## The Upsides of Social Media

Social media use has positives to it. It can help children feel connected, and strengthen relationships with family and friends. A study in Pediatrics found that routinely using social media can help children and teens by "enhancing communication, social connection, and even technical skills."

Other pros of using social media can include:

- Expressing creativity in a variety of forms,
- Expanding friend groups to include others with similar interests or different points of view,
- Finding opportunities to become engaged in the community, and
- Connecting with classmates to complete school assignments.

## The Downsides of Social Media

While it is great to feel connected, social media use can also fuel feelings of loneliness, anxiety, and depression. Children using social media have a higher risk of mental health issues, and they are more susceptible to peer pressure. Some of the biggest downsides of using social media include:

- Cyberbullying. Children and teens who spend a lot of time online may experience cyberbullying. Cyberbullying includes sending, posting, or sharing negative, harmful, false, or mean content about someone else. Cyberbullying can trigger anxiety, depression, behavioral issues, low self-esteem, or even suicidal thoughts.
- Phone addiction. Almost half of the teenagers surveyed in the Digital Wellbeing 2020 study believe they are

addicted to their smartphones. Over 50% also felt that their lives (in terms of diet, sleep, exercise, and school-work) were negatively impacted by their relationship with technology.

- Increased anxiety and depression. The more time children spend on their screens, the more anxious they become. Teens who spend over three hours a day on social media are more likely to internalize their problems, increasing the risk of depression, anxiety, and the fear-of-missing-out (FOMO).
- Disordered sleep. Using phones in bed disrupts sleep, making it difficult to relax, fall asleep, and stay asleep. Children who don't sleep well are more likely to have mental health problems such as depression, impulsive behavior, anxiety, and even lower scores on cognitive tests.

## Tips to Modify Social Media Use

Helping child cut back on social media can improve their mental health. Follow these tips for limiting social media use in your home:

- Install a social media monitoring app to see how much time children in your home spend on social media platforms.
- Create restrictions to block apps after a certain time in the evening, or during homework time.
- Schedule device-free family time. Whether it is during meals or in the evening, have everyone turn off their devices and focus on each other.
- Remove devices from bedrooms at night to ensure children are getting ample sleep.
- Plan activities to get children off their devices and engaging with others, such as participating in outdoor activities or joining a sports team.

## Signs Social Media is Impacting Children's Mental Health

It can be tough to determine whether your child's mental health is negatively

affected by their social media use. Here are a few warning signs to watch for:

- Spending more time online than with their friends. Spending too much time online can make children feel detached from the real world and reduce the time they spend doing in-person activities. They may be less active, and have a harder time developing social skills that boost their self-esteem and happiness.
- Lack of interest in prior passions. It's common for children to be afraid of missing out on a text or worried that their post isn't getting enough likes. Your child may be less interested in their prior passions and more interested in checking social media.
- Lack of sleep. Dealing with a tired, lethargic, or cranky kid? If your child has a device in their room, the alerts could be keeping them up at night. Children who don't sleep enough are at a much higher risk of mental health problems.
- They're being bullied. Cyberbullying is relentless. It happens at all hours of the day and night, decreasing self-esteem, confidence, and happiness.

Watch for signs that that your child is being bullied online.

## Symptoms That Need Immediate Attention

Children with unhealthy social media habits may require professional intervention. If your child seems very emotional and overly affected by their connection to social media, for example being overtly sad, lonely, or anxious, it's time to seek help from your doctor. Watch for these symptoms that require immediate professional help:

- Giving away possessions.
- Self-harming or practicing self-destructive behavior.
- Talking about feeling hopeless, helpless, or powerless.
- Socially isolating from friends and family.
- Frequent angry outbursts.
- Eating less or more than usual.

If you are worried about your child's mental health, make an appointment to see their pediatrician or primary care doctor to develop a treatment plan.

# Senate Bill 354: New California Child Welfare Law

Last year, Governor Gavin Newsom signed Senate Bill 354 (SB 354) into law. SB 354 removed obstacles in the foster care system that previously prevented children from being placed with a relative caregiver who may have had a past conviction.

Nationwide studies have documented poor outcomes of children and youth who are removed from their homes and placed into the child welfare system. Children involved with the child welfare system have increased rates of chronic health problems, developmental delays and disabilities, mental health needs, and substance abuse problems. Many youth in care have experienced traumatic events, including removal from their homes that lead to symptoms such as depression, behavior problems, hypersensitivity, and emotional difficulties. Studies have also demonstrated the benefit to children in the child welfare system that are placed with relatives rather than with strangers or in group care.

State and federal laws encourage placing children who must be removed from their home with family. However, California licensing rules for relative caregivers in the state previously did not allow family members with certain criminal convictions, some of which are decades-old, to step in to care for foster children.

SB 354 has also changed California's law by allowing the court to use its independent judgement in placement decisions and to consider relatives as caregivers regardless of a past conviction. This means that on a case-by-case basis, the court can decide to place children with relative caregivers who may have a criminal history but do not pose a risk to the health and safety of the child. SB 354 does not change to requirement to complete a criminal background check prior to being approved as a resource parent. However, SB 354 allows relatives the ability to request a criminal exemption for some crimes that were previously ineligible.

# Congratulations Ruth Joseph

Congratulations to Ms. Ruth Joseph, our July Champion for Children.

Ms. Joseph grew up in a large family with a history of rallying around children. Among her first experiences of fostering, she assisted her sister, who was a resource parent, and on occasion provided her with respite care. She also worked with friends' children by advocating for the children and providing conflict resolution. Then in the 1990s, Ms. Joseph became a resource parent herself. Since then, she has opened her home to over 100 kids, with her work primarily focused on caring for sibling groups.

Over the past 30 years, Ms. Joseph has been motivated by being able to stay in touch with children she cared for as they become adults. She enjoys learning about their accomplishments and knowing that the wisdom she shared with them was appreciated. "I'm in touch with one of the second groups of siblings I had now that they are adults," said Ms. Joseph. "I like that they come through. I like engaging with them, checking in with them to make sure they're doing well, and connecting with them."



Ms. Joseph recognizes that the families of children she cares for have been affected by so many issues. It weighs on children that they may not be able to connect with their bio family, and at times children will hold on to anger. "I tell them that I'm not the parent, but I'm the grandparent, and they can have as many grandparents as they want," Ms. Joseph explained. "I want them to feel more comfortable and safe in my home."

"Appeal to the calm person," Ms. Joseph advised. "Depending on the issue, there is only so much we can do, except to be culturally humble, listen and understand their view-

points. It's not true that because we've had more experiences that we know better; these children are living in a different time so we have to understand them within their context, and let them know that we are there for them and that we want the best for them."

Ms. Joseph also reminds other parents to not get compassionate fatigue. "You need time to replenish that compassion. Stop, take a moment, and breathe. I like doing things for myself like walking and preparing healthy foods. This is a giving work. It's like a sponge and you don't want to get dry."

The San Francisco Family and Children's Services along with the Parenting for Permanency College thank Ms. Ruth Joseph. She is a gem of a resource parent, and a very important person to so many people in the community. She continually demonstrates her willingness to work with youth and support them through their challenges. She advocates for them and provides them with tools to empower them. Thank you, Ms. Joseph, for all that you do!

## K.I.D.S.

Published bimonthly for San Francisco County foster parents, resource families, NREFMs and kin care providers. To suggest a topic, submit an article, promote an event, or provide feedback, email [diana.venegas@sfdph.org](mailto:diana.venegas@sfdph.org).

### Editorial Staff

Editors: Agnes Balla and Diana Venegas  
Amabel Baxley, Casey Schutte

City and County of San Francisco/Family & Children Services  
PO Box 7988 • 170 Otis Street, San Francisco, CA 94120

Newsletter Website: <https://foster-sf.org/kids-newsletter/>

### Helpful Phone Numbers

HSA Operator	(415) 557-5000
CPS Child Abuse Hotline	(800) 856-5553 or (415) 558-2650
Foster Care Ombudsman	(415) 558-2828
Transportation Duty Line	(415) 557-5376
Licensing/RFA/Recruitment Hotline	(415) 558-2200
Free Foster Parenting Respite Service	(415) 861-4060 x 3035
Community Services	211
Non-emergency Government Services	311

FCS Agency Directory: [www.sfhsa.org/174.htm](http://www.sfhsa.org/174.htm)

### Alternative Family Services-PPC Training

To register for training please contact Alternative Family Services (AFS)-PPC Training @ ppc@afs4kids.org or contact your RFA Worker. Some training will transition to in-person following COVID precautions. We will still offer training via zoom.

RFA Pre-Service Approval Training	
Pre-Service Training (English)	July 16 & July 23, 2022 (Saturdays) 9 a.m. -4:45 p.m. (Tues/Thurs) 5:30-9:15 p.m.
Pre-Service Training (English)	August 9-18, 2022 (Tues/Thurs) 5:30-9:15 p.m.
<b>Pre-Service Training (Spanish)</b>	<b>July 20 &amp; July 27, 2022 (Saturdays) 9 a.m.-4:45 p.m.</b>
SA/HIV Training	
SA/HIV Series (English)	August 23-Sept. 22, 2022 (Tues/Thurs) 5:30-9:15 p.m. with one Saturday (September 22, 2022)
Ongoing Training	
Partnering in the Best Interest of the Child (English)	July 27, 2022 5:30-8:30 p.m.
Partnering in the Best Interest of the Child (English)	July 30, 2022 9:30 a.m.-12:30 p.m.
<b>Compañero en el mayor Interés del Niño (Español)</b>	<b>August 31, 2022 5:30-8:30 p.m.</b>

### Education Corner

If you need any help related to K-12 education, you can always reach out to your social worker or to San Francisco's foster youth education liaisons:

- Shira Andron, FYS Coordinator, androns@sfusd.edu, 628-900-3427
- Nelson Cabrera, FYS Education Liaison (Child Welfare and Attendance), cabreran@sfusd.edu, 415-242-2621 x3255
- Susana Diaz, FYS Education Liaison (Head Counselor), diazs1@sfusd.edu, 415-242-2615 x3310
- Alicia Rodriguez, FYS Education Liaison (School Social Worker), rodriguez@sfusd.edu, 415-242-2615 x3061



### Resource Parent Meetings and Support Groups

#### Resource Family Meetings:

For more information about Resource Family meetings/training and events visit <https://foster-sf.org/information/training-schedule/> or contact Arlene Hylton at Arlene.hylton@sfgov.org or 451-557-5067.

#### Caregiver Quarterly Meeting -Quarterly (6-8 p.m.)

1st. Tuesday of each Quarter — July 12, 2022

#### Resource Family Convening - Once a Quarter (5-7 p.m.)

2nd Wednesday — August 10, 2022

#### Quality Parenting Initiative Meeting (QPI) - Monthly

4th Thursday of Month (11 a.m. - 12:30 p.m.)  
July 28 & August 25, 2022

#### Support Groups:

Resource Family Support Groups (SA/HIV) (6 to 8 p.m.)  
3rd Tuesday (English) and 3rd Thursday (Spanish) of each month, 7:30 to 9:30 p.m. unless otherwise announced. To attend SA/HIV Support Group, please contact Diana Venegas at (510) 469-0128.  
English: July 19, 2022 & August 16, 2022  
Spanish: July 21, 2022 & August 18, 2022

#### COFFEE WITH CAREGIVERS

Coffee with Caregivers Supports Relative, Non-Relative, Adoptive and Guardianship Caregivers. Grab your favorite drink, snack, and join us during the following virtual meetings occur Friday's from 1:30 -2:30 p.m. Please email Nichole at narnold@cacaregivers.org to register.

### Other RFA Ongoing Training Resources:

Reminder: Approved Resource Families are required to complete 8 hours of training yearly. Please make sure to submit completed training certificates to your RFA worker for the following training.

- Foster Parent College:** <http://www.fosterparentcollege.com/>
- QPI California-Just In Time Training:** <http://www.qpicalifornia.org>
- Mandated Reporter Training:** <https://mandatedreporterca.com/>
- California Foster Care Ombudsperson:** Foster Youth Bill of Rights and Reasonable and Prudent Parent Standard Training — <https://fosteryouthhelp.ca.gov/trainings/>
- WestCoast Children's Clinic:** [CSEctraining@westcoastcc.org](mailto:CSEctraining@westcoastcc.org) (contact for current offering)

#### Commercial Sexual Exploitation of Children Training

All resource families caring for a child age 10 or older must complete Commercial Sexual Exploitation training. Training must be completed in the first 12 months of initial approval of a resource family.

#### City College of San Francisco - Education and Extension Programs:

<https://bit.ly/3qLRmIG>

#### City College of San Francisco • Child Development & Family Studies Department

Talk Time Tuesdays - All trainings are from 10 a.m. to 1 p.m. via Zoom. To register go to <https://ccsf.edu> or for the latest Foster and Kinship Care Education Schedule of Classes, contact Brenda Wemiz at 415-452-5605.

## Las redes sociales y la salud mental

Las redes sociales se han convertido en una parte integrada a la vida diaria, con aproximadamente 3 mil millones de usuarios de redes mundialmente. Las redes sociales pueden ser positivas, permitiendo a las personas mantenerse conectadas. Sin embargo, también puede afectar de manera negativa a los niños, en especial durante los tiempos de COVID-19, cuando hay menos oportunidad de tener interacciones presenciales. La salud mental es una preocupación en particular. Demasiado uso de las redes sociales puede afectar la salud mental de los niños, adolescentes y jóvenes.

Los estudios sobre las redes sociales han aumentado rápidamente. Este artículo habla sobre las ventajas y desventajas del uso de las redes sociales y proporciona sugerencias para los padres de apoyo en cuanto el manejo del uso de las redes sociales por parte de los niños.

### Las ventajas de las redes sociales

Las redes sociales tienen sus aspectos positivos. Pueden ayudar a los niños a sentirse conectados y a fortalecer relaciones con familiares y amigos. Un estudio en pediatría manifestó que el utilizar las redes sociales de manera rutinaria puede ayudar a los niños y adolescentes a "mejorar la comunicación, conexión social e incluso las habilidades técnicas".

Otras ventajas de utilizar las redes sociales pueden incluir:

- Expresar la creatividad en una variedad de formas,
- Ampliar los grupos de amigos para incluir a otros con intereses parecidos o perspectivas distintas,
- Encontrar oportunidades para participar en la comunidad y



- Conectar con los compañeros de clase para completar las tareas escolares.

### Las desventajas de las redes sociales

Aunque es maravilloso sentirse conectado, el uso de las redes sociales también puede generar los sentimientos de soledad, ansiedad y depresión. Los niños que utilizan las redes sociales tienen un mayor riesgo de padecer problemas de salud mental y son más susceptibles al impacto de la presión social. Algunas de las mayores desventajas del uso de las redes sociales incluyen las siguientes:

- Acoso cibernético también conocido como "cyberbullying" en inglés. Los niños y los adolescentes que pasan mucho tiempo en línea pueden sufrir acoso cibernético. El acoso cibernético incluye enviar, publicar, o compartir contenido negativo, perjudicante, falso o desagradable sobre otra persona. El acoso cibernético puede desencadenar la ansiedad, depresión, problemas de la conducta, autoestima baja, o incluso pensamientos suicidas
- La adicción al celular. Casi la mitad de los jóvenes adolescentes a quienes se les encuestó en el estudio Digital Wellbeing 2020 creen estar adictos a sus teléfonos inteligentes. Más del 50% también consideró que sus vidas (en cuanto la dieta, el

sueño, el ejercicio y los trabajos escolares) obtuvieron un impacto negativo debido a sus relaciones con la tecnología.

- Aumento en la ansiedad y depresión. Entre más tiempo dediquen los niños a sus pantallas, más ansiosos se vuelven. Los jóvenes que dedican más de tres horas al día a las redes sociales tienen más probabilidad de internalizar sus problemas, aumentando el riesgo de depresión, ansiedad y el miedo de perderse de algo, (FOMO, por sus siglas en inglés).
- Trastornos del sueño. Utilizar teléfonos en la cama puede interrumpir el sueño ocasionando una dificultad para relajarse, conciliar el sueño, y permanecer dormido. Los niños que no duermen bien tienen más probabilidad de padecer de problemas de la salud mental tal y como la depresión, conducta impulsiva, ansiedad y hasta puntuaciones más bajas en pruebas cognitivas.

### Sugerencias para modificar el uso de las redes sociales

- Ayudar a un niño a reducir las redes sociales puede mejorar su salud mental. Siga estas sugerencias para limitar el uso de las redes sociales en su hogar.
- Instale una aplicación de monitoreo del uso de las redes sociales para ver cuán-

to tiempo pasan los niños de su hogar en las plataformas de las redes sociales.

- Crear restricciones para bloquear aplicaciones después de cierto tiempo de uso por las tardes o durante el tiempo de completar las tareas.
- Agende tiempo en familia libre de dispositivos. Ya sea durante los almuerzos o por las tardes, pídale a todos que apaguen sus dispositivos y que dirijan su enfoque entre ellos.
- Retire los dispositivos de las habitaciones por las noches para asegurar que los niños estén obteniendo sueño abundante.
- Planee actividades para lograr que los niños dejen los dispositivos e interactúen con otros tal y como la participación en actividades al aire libre o unirse a un equipo deportivo.

### **Signos de que las redes sociales están impactando la salud mental de un niño**

Puede ser difícil determinar si el uso de las redes sociales de su niño está afectando su salud mental de manera negativa próximamente tenemos algunos signos de advertencia de los cuales debe estar al pendiente:

- El pasar más tiempo en línea en vez

de con amistades. Pasar demasiado tiempo en línea puede ocasionar que los niños se sientan desconectados de la vida real y puede disminuir el tiempo que le dedican a actividades presenciales. Puede que sean menos activos, y tengan más dificultad para desarrollar las habilidades sociales que fortalecen su autoestima y felicidad.

- Falta de interés por pasiones anteriores. Es común que los niños sientan temor al pensar en perderse un mensaje o que su publicación no obtenga suficientes reacciones de “me gusta”. Puede que su niño demuestre menos interés en pasiones anteriores y más interés para revisar sus redes sociales.
- Pérdida de sueño. ¿Está usted lidiando con un niño cansado, letárgico, o malhumorado? Si su niño tiene un dispositivo en su habitación, las notificaciones pueden mantenerlo despierto por las noches. Los niños que no duermen lo suficiente tienen mayor riesgo de padecer problemas en su salud mental.
- Están experimentando intimidación. El acoso cibernético es incesante. Se lleva a cabo durante todas las horas del día y noche disminuyendo la autoestima, segu-

ridad, y la felicidad. Esté al pendiente de los signos que indican que su nin@ está siendo víctima de intimidación en línea.

### **Síntomas que puedan necesitar de atención inmediata**

Puede que los niños con hábitos de redes sociales poco saludables necesiten de intervención profesional. Si su niño parece demasiado emotivo y afectado debido a su conexión a las redes sociales, por ejemplo, sentirse demasiado triste, aislado o ansioso, es tiempo de buscar ayuda por parte de su médico. Esté al pendiente de los siguientes síntomas que pueden requerir de ayuda profesional inmediata.

- Regalar sus pertenencias.
- Hacerse daño a sí mismo o practicar conductas autodestructivas.
- Hablar sobre sensaciones de falta desesperanza, desamparo, o impotencia.
- Aislamiento social de amigos y familiares.
- Estallar con ira frecuentemente.
- Comer menos o más de lo normal.

Si usted está preocupado por la salud mental de su niño, agende una cita para visitar a su pediatra o su médico de cabecera para desarrollar un plan de tratamiento.

## ***El proyecto de ley del Senado 354: Nueva Ley del Bienestar Infantil de California***

El año pasado el gobernador Gavin Newsom promulgó el proyecto de ley del Senado 354 (SB 354) convirtiéndolo en ley. La SB 354 eliminó los obstáculos en el sistema del cuidado de crianza temporal que anteriormente impedían que los niños se colocaran con un pariente cuidador que pudiera haber tenido una condena anterior.

Estudios a nivel nacional, han documentado resultados desfavorables de los niños y jóvenes que son apartados de sus hogares y colocados en el sistema del bienestar infantil. Los niños que están integrados en el sistema de bienestar infantil muestran índices superiores de padecer problemas de salud crónicos, retrasos en el desarrollo, discapacidades, necesidades de la salud mental, y problemas del abuso de sustancias. Muchos jóvenes bajo el cuidado han experimentado eventos traumáticos, incluyendo el alejamiento de sus hogares que puede provocar el desarrollo de síntomas como la depresión, problemas de la conducta, hipersensibilidad, y dificultades emocionales. Los estudios también han demostrado el beneficio para los niños en el sistema del bienestar infantil quienes son asignados con parientes en vez de con extraños o un cuidado colectivo.

Las leyes estatales y federales promueven la colocación con familiares, para los niños que deben ser alejados de sus hogares. Sin embargo, las normas de licencias en el estado de California para cuidadores familiares anteriormente no permitían el ingreso al cuidado de niños en el sistema de crianza, a miembros de familia con ciertas condenas penales—algunas incluso con décadas de antigüedad.

SB 354 también ha cambiado la ley de California al permitir que la corte utilice su juicio independiente en las decisiones de la colocación y considerar a los parientes como cuidadores, independientemente de haber tenido una condena anterior. Esto quiere decir que, según el caso, el tribunal podría decidir colocar a los niños con cuidadores familiares quienes pueden tener historial penal, pero sin poseer un riesgo a la salud y la seguridad del niño. SB 354 no cambia el requisito de completar una revisión de los antecedentes penales antes de recibir la aprobación como padre de apoyo. Sin embargo, SB 354 permite que los parientes tengan la capacidad de solicitar una exención penal para algunos delitos que anteriormente se consideraban inelegibles.

# Campeona de los niños: Ruth Joseph

Felicidades a la Sra. Ruth Joseph, nuestra campeona de los niños del mes de julio.

La Sra. Joseph creció en una familia numerosa con historial de estar rodeada de niños. En sus primeras experiencias en el sistema del cuidado de crianza, le ayudó a su hermana quien era madre de apoyo, en ocasiones le proporcionó cuidado de relevo. También trabajó con los hijos de sus amistades, defendiendo a los niños y proporcionando resolución al conflicto. Después, en la década de 1900, la Sra. Joseph se convirtió en madre de apoyo. Desde entonces, le ha abierto las puertas de su hogar a más de 100 niños, su trabajo se enfoca primordialmente en el cuidado de grupos entre hermanos.

Durante los últimos 30 años, el poder permanecer en contacto con los niños que ha cuidado mientras se convierten en adultos, ha sido un factor motivante para la Sra. Joseph. Ella disfruta aprender sobre sus logros y del saber que aprecian la sabiduría que ella les compartió. "Sigo en contacto con uno de los segundos grupos de hermanos que estuvieron bajo mi cuidado, ahora son adultos", comentó la Sra. Joseph. "Me agrada que logren superarse. Me gusta interactuar con ellos, ponerme en comunicación para



asegurarme que se encuentren bien y para conectar con ellos".

La Sra. Joseph reconoce que las familias de los niños que han estado bajo su cuidado han sido afectadas por muchísimos problemas. La posibilidad de no poder conectar con sus familias biológicas se puede convertir en un peso para los niños, en ocasiones los niños se sujetan a la ira. "Les digo que no soy su madre sin embargo soy su abuela, y que ellos pueden tener cuantas abuelas deseen" La Sra. Joseph explicó, "quiero que se sientan más cómodos y seguros en mi casa".

"Recurra a la persona tranquila" aconsejó la Sra. Joseph. "Dependiendo del problema, no hay mucho que poda-

mos hacer aparte de ser culturalmente humildes, escuchar y comprender sus puntos de vista. No es cierto que tenemos más conocimiento, debido a que tenemos más experiencia; estos niños están viviendo otros tiempos así que debemos comprenderlos dentro de ese contexto y dejarles saber que estamos para brindarles apoyo y que queremos lo mejor para ellos".

La Sra. Joseph también les recuerda a los otros padres que no experimenten fatiga de la compasión. "Usted necesita tiempo para reabastecer esa compasión. Deténgase, tómese un momento y respire". Me agrada hacer cosas por mí misma como caminar o preparar alimentos saludables. Este es un trabajo de dar. Es como una esponja y no queremos que se seque".

Los Servicios para Niños y Familias de San Francisco junto con Parenting for Permanency College agradecen a la Sra. Ruth Joseph. Ella es una joya como madre de apoyo y es una persona sumamente importante para muchísimas personas en la comunidad. Ella de manera continua demuestra su voluntad de trabajar con jóvenes y apoyarlos a superar sus desafíos. Ella es defensora y les proporciona las herramientas para empoderarlos. ¡Gracias Sra. Joseph, por todo lo que hace!

## K.I.D.S.

Bimensualmente publicada para padres de crianza, familias de apoyo, miembros de familia extensa no familiares, y proveedores de cuidado familiar en el condado de San Francisco. Para sugerir un tema, entregar un artículo, promocionar un evento, o hacer comentarios, mande correo electrónico a la dirección Sharon.Walchak@sfgov.org.

Personal editorial  
Editors: Agnes Balla and Sharon Walchak  
Amabel Baxley

Ciudad y Condado de San Francisco/Servicios de Familia y Niños  
PO Box 7988 • 170 Otis Street, San Francisco, CA 94120  
Sitio de web del boletín informativo: <https://sfcaresforkids.org/kids-newsletter/>.

### Números telefónicos útiles:

Operadora de la Agencia de Servicios Humanos: (415) 557-5000  
Servicios de Protección Infantil, Línea Directa de Abuso Infantil:  
(800) 856-5553 o (415) 558-2650  
Ombudsman, Defensor del pueblo, de Orfanato: (415) 558-2828  
Línea de servicio de transporte: (415) 557-5376  
Licencia/Aprobación de Familias de Apoyo/Línea directa de reclutamiento: (415) 558-2200  
Servicio gratuito de revelo para padres de acogida: (415) 861-4060 x 3035  
Servicios de comunidad: 211  
Servicios gubernamentales (no emergencia) 311  
Directorio de agencias de cuidado de niños y servicios de familia:  
[www.sfhsa.org/174.htm](http://www.sfhsa.org/174.htm)

**Los Servicios de Familias Alternativas - Entrenamientos PPC**

Para registrarse al entrenamiento, favor de comunicarse con Los Servicios de Familias Alternativas (AFS)- Entrenamientos PCC en [ppc@afs4kids.org](http://ppc@afs4kids.org) o comuníquese con su trabajador de RFA. Se hará la transición de algunos entrenamientos a modo presencial, siguiendo las precauciones del COVID. Seguiremos ofreciendo entrenamientos por medio de zoom.

RFA- Entrenamiento de aprobación previo al servicio	
Entrenamiento previo al servicio (inglés)	16 de julio y 23 de julio, 2022 (sábados) 9 AM -4:45 PM (martes/jueves) 5:30-9:15 PM
Entrenamiento previo al servicio (inglés)	9-18 de agosto, 2022 (martes/jueves) 5:30-9:15 PM
<b>Entrenamientos previos al servicio (español)</b>	<b>23 de agosto, a septiembre 22, 2022 (martes/jueves) 5:30-9:15 PM con un sábado (22 de septiembre, 2022)</b>
Entrenamiento VIH/ SA	
Serie de VIH/SA (inglés)	23 de agosto, a septiembre 22, 2022 (martes/jueves) 5:30-9:15 PM con un sábado (22 de septiembre, 2022)
Entrenamientos en curso	
Aliarse para el mayor interés del niño (inglés)	27 de julio, 2022 5:30-8:30 PM
Aliarse para el mayor interés del niño (inglés)	30 de julio, 2022 9:30AM-12:30PM
<b>Aliarse para el mayor interés del niño (español)</b>	<b>31 de agosto, 2022 5:30-8:30PM</b>

**Rincón de la educación**

Si necesita cualquier ayuda relacionada con la educación K-12, puede contactar a su trabajador social o a los enlaces educativos para jóvenes de San Francisco:

- Shira Andron, Coordinadora de FYS, [androns@sfsud.edu](mailto:androns@sfsud.edu), 628-900-3427
- Nelson Cabrera, Enlace Educativo de FYS (Bienestar y Asistencia Infantil), [cabreran@sfsud.edu](mailto:cabreran@sfsud.edu), 415-242-2621 x3255
- Susana Diaz, Enlace Educativo de FYS (consejera Principal), [diazs1@sfsud.edu](mailto:diazs1@sfsud.edu), 415-242-2615 x3310
- Alicia Rodríguez, Enlace Educativo de FYS (Trabajadora social en el ámbito escolar), [rodriguez@sfsud.edu](mailto:rodriguez@sfsud.edu), 415-242-2615 x3061



**Juntas y grupos de apoyo para los padres**

**Juntas para familias de apoyo:**

Para obtener más información sobre las juntas/capacitaciones y eventos para las familias de apoyo, visite <https://foster-sf.org/information/training-schedule/> o comuníquese con Arlene Hylton en [Arlene.hylton@sfgov.org](mailto:Arlene.hylton@sfgov.org) o 451-557-5067.

**Junta trimestral de cuidadores -trimestral (6-8 p.m.)**

1er martes de cada trimestre — 12 de julio, 2022

**Convocatoria para familias de apoyo—Una vez por trimestre**

**(5-7 p.m.)** 2do miércoles — 11 de mayo, 2022

**Junta- iniciativa de crianza de calidad (QPI)- Mensual**

4to jueves del mes (11 a.m. -12:30 p.m.)

26 de mayo, 2022 y 23 de junio, 2022

**Grupos de apoyo:**

3er martes (inglés) y 3er jueves (español) de cada mes, de 7:30 a 9:30 pm, a menos que se comunique lo contrario. Para asistir a un grupo de apoyo, SA/VIH, favor de contactar a Diana Venegas en 510-469-0128. Inglés: 19 de julio, 2022 y 16 de agosto, 2022 Español: 21 de julio, 2022 y 18 de agosto, 2022

**CAFÉ CON LOS PROVEEDORES DE CUIDADO**

‘Coffee with Caregivers’ apoya a los proveedores de cuidado con parentesco, sin parentesco, adoptivos y de tutela. Acompáñenos con su bebida y botana favorita durante las siguientes juntas virtuales que se llevarán a cabo los viernes de 1:30-2:30PM. Para registrarse, favor de mandar un correo electrónico a Nichole en [narnold@cacaregivers.org](mailto:narnold@cacaregivers.org).

**Otros entrenamientos en curso de RFA:**

(Recordatorio: Las familias de apoyo aprobadas deben completar 8 horas de entrenamiento al año. Favor de asegurarse de entregar los certificados de las capacitaciones completas a su trabajador de RFA para la siguiente capacitación).

Foster Parent College: <http://www.fosterparentcollege.com/>

Entrenamientos QPI justo a tiempo: <http://www.qpicalifornia.or>

Capacitación de informante obligatorio - inglés y español (‘Mandated Reporter Training’): <https://mandatedreporter.ca.com/>

Defensoría de Crianza Temporal de California (‘Foster Care Ombudsperson’): Declaración de Derechos de los jóvenes bajo crianza temporal y La capacitación del Estándar de Padres Razonables y Prudentes (‘Foster Youth Bill of Rights and Reasonable and Prudent Parent Standard Training’) — <https://fosteryouthhelp.ca.gov/trainings/>

Clínica infantil de la Costa Oeste: [CSEctraining@westcoastcc.org](mailto:CSEctraining@westcoastcc.org) (Contáctelos para la capacitación en curso)

**Capacitación sobre la explotación sexual comercial infantil**

Todas las familias de apoyo que tengan bajo su cuidado a niños de 10 años o mayor deben completar el entrenamiento sobre la Explotación sexual comercial infantil. Dicha capacitación deberá completarse durante los primeros 12 meses después de su aprobación como familia de apoyo.

**Colegio de la ciudad de San Francisco – Programas de Educación y extensión:** <https://bit.ly/3qLRmIG>

**Colegio de la ciudad de San Francisco - Departamento del desarrollo infantil y estudios familiares:** Martes de tiempo del habla- Todas las capacitaciones se llevarán a cabo de 10 a.m. a 1 p.m. mediante Zoom. Para registrarse, visite <http://ccsf.edu> o para el horario de las clases de Educación del cuidado familiar y de crianza temporal más actualizado contacte a Brenda Wemiz en 415-452-5605.