

[Este mensaje está en español a continuación.](#)

Parent Support Night: Teen Anxiety & Depression

Is your teen struggling with constant stress and worry? Does your teen seem withdrawn from friends, family, and activities they once enjoyed?

We know that living in a pandemic has led to an increase in teen mental health concerns. We want to help families navigate these difficult circumstances!

West High School is partnering with the National Alliance on Mental Illness (NAMI) to host a parent support event. We hope to provide families with an opportunity to learn more about anxiety and depression, as well as to build community with others through shared experience.

Please join us via Zoom on **Monday, December 14th from 6:30-7:30pm for English speaking families** OR Wednesday, December 16th from 6:30-7:30pm for Spanish speaking families.

[Zoom link for Parent Night 12/14 - English Speaking Families](#)

[Zoom link for Parent Night 12/16 - Spanish Speaking Families](#)

Noche de apoyo a los padres: ansiedad y depresión de adolescentes

¿Su adolescente está luchando con el estrés y la preocupación constante? ¿Parece su hijo adolescente apartado de sus amigos, familiares y actividades que antes disfrutaba?

Sabemos que vivir en una pandemia ha provocado un aumento de los problemas de salud mental de los adolescentes. ¡Queremos ayudar a las familias a atravesar estas difíciles circunstancias!

West High School se está asociando con la Alianza Nacional de Enfermedades Mentales (NAMI) para organizar un evento de apoyo a los padres. Esperamos brindarles a las familias la oportunidad de aprender más sobre la ansiedad y la depresión, así como de construir una comunidad con otros a través de experiencias compartidas.

Únase a nosotros a través de Zoom el lunes 14 de diciembre de 6:30-7:30pm para familias en inglés O **el miércoles 16 de diciembre de 6:30-7:30pm** para familias en español.

[Enlace de Zoom para la Noche de Padres 12/14 - Familias que hablan inglés](#)

[Enlace de Zoom para la Noche de Padres 12/16 - Familias que hablan español](#)