

PARENT & CAREGIVER WORKSHOPS

CAPACITY CAFES

A unique opportunity for caregivers to hear and learn from the lived experience of youth. Youth are invited to speak openly about issues they consider important to them and their peers.

BUILDING BRIDGES PART I - THE ABC'S OF PARENTING TEENS

This **pre-recorded** presentation offers insight into adolescent development, tools to support teenagers and responses for risk-taking behaviors

OTHER RESOURCES FOR FAMILIES

TOBACCO & VAPOUR REDUCTION PROGRAM

This program is presented by our community partner, **Vancouver Coastal Health**, and facilitates educational, open dialogue sessions with parent groups. Please contact smokefree@vch.ca for more information.

WHITE HATTER

Digital literacy and internet safety presentations for caregivers <https://thewhitehatter.ca/parents-caregivers/>

KELTY MENTAL HEALTH

Kelty helps families navigate the mental health system, connect with peer support and access resources and tools to support well-being <https://keltymentalhealth.ca/parents-caregivers>

FAMILY SMART

Family Smart has a variety of parent support, webinars, workshops and resources for families <https://familysmart.ca/resources/>

FOUNDRY

Foundry offers groups & workshops for young people ages 12-24 and their families <https://foundrybc.ca/virtual/groups-workshops/>

RESPONSIVE PARENTING

6-week psychoeducation sessions for caregivers of youth struggling with substance use issues and how to respond to their youth's needs. These sessions are by referral to your SACY parent worker only.

BUILDING BRIDGES PART II - COMMUNICATION STRATEGIES WITH YOUR TEENS

This 2-hour interactive workshop builds on part one and offers an opportunity to interact and connect with other caregivers to learn, practice, and apply skills such as communication and connection in order to better support your relationship with your teen.

CONNECT PARENT GROUP

Connect is a 10-week program to support caregivers of teens. Parents meet in small groups. Each 90-minute session provides parents with a new perspective on parent-teen relationships and adolescent development. <https://www.connectattachmentprograms.org/join-a-group/british-columbia>

PARENTS TOGETHER & IN THE KNOW

Parent Group Support and education for caregivers of youth aged 12-24 years old. <https://www.bgcabc.ca/counselling-support-services/parent-group-support/>

MOSAIC

Newcomer services to further the success and sense of belonging of individuals from diverse backgrounds. <https://www.bgcabc.ca/counselling-support-services/parent-group-support/>

YOUTH SUBSTANCE USE SERVICES

Vancouver Coastal Health's free youth substance use services include prevention, counselling and treatment to meet the needs of youth struggling with substance misuse. <https://www.vch.ca/en/health-topics/youth-substance-use-services>

SACY RESOURCES (QUICK LINKS)

linktr.ee/sacyresources



容量咖啡馆

为护理人员提供聆听和学习青少年生活经历的独特机会。邀请青少年公开谈论他们认为对他们和同龄人重要的问题。

架起桥梁第一部分 养育青少年的基本知识

这个预先录制的演示文稿提供了对青少年发展的见解、支持青少年的工具以及对冒险行为的应对措施

家庭的其他资源

烟草和蒸气减少计划

该计划由我们的社区合作伙伴温哥华海岸卫生局提出,并促进与家长团体的教育性、公开对话会议。请联系 Smokefree@vch.ca 了解更多信息。

白帽子

数字素养和互联网安全演示 家长小组 为12-24 岁青少年的看护者提供支持和教育 <https://thewhitehatter.ca/parents>。照顾者/ <https://www.bgcbc.ca/counsell-support-services/parent-group-support/>

凯尔特人心理健康

凯尔特帮助家庭了解心理健康系统,与同伴支持联系并获取资源和工具以支持福祉 <https://keltymentalhealth.ca/parents-caregivers>

智能家庭

Family Smart 为家庭提供各种家长支持、网络研讨会、研讨会和资源 <https://familysmart.ca/resources/>

铸造厂

Foundry 为 12-24 岁的年轻人及其家人提供团体和研讨会 <https://foundrybc.ca/virtual/groups-workshops/>

响应式育儿

为那些与药物滥用问题作斗争的青少年的照顾者提供为期 6 周的心理教育课程,以及如何应对青少年的需求。这些课程只能转介给您的 SACY 家长员工。

搭建桥梁第二部分 - 沟通与青少年的策略

这个时长 2 小时的互动研讨会以第一部分为基础,提供与其他看护者互动和联系的机会,以学习、练习和应用沟通和联系等技能,以便更好地支持您与孩子的关系。

连接家长组

Connect 是一项为期 10 周的计划,旨在支持青少年家长以小组形式会面的照顾者。每场 90 分钟的课程为家长提供了关于亲子关系和青少年发展的新视角。 <https://www.connectattachmentprograms.org/join-a-group/british-columbia>

父母齐心协力,了解情况

马赛克

新移民服务旨在促进来自不同背景的人的成功和归属感。 <https://www.bgcbc.ca/counsell-support-services/parent-group-support/>

青少年药物滥用服务

温哥华海岸卫生局提供免费的青少年药物滥用服务,包括预防、咨询和治疗,以满足与药物滥用作斗争的青少年的需求。 <https://www.vch.ca/en/health-topics/youth-substance-use-services>



ਸਮਰੱਥਾ ਕੇਂਦਰ

ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਲਈ ਜਵਾਨੀ ਦੇ ਜੀਵਨ ਅਨੁਭਵ ਨੂੰ ਸੁਣਨ ਅਤੇ ਸਿੱਖਣ ਦਾ ਇੱਕ ਵਿਲੱਖਣ ਮੌਕਾ। ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਮੁੱਦਿਆਂ ਬਾਰੇ ਖੁੱਲ੍ਹ ਕੇ ਬੋਲਣ ਲਈ ਸੱਦਾ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜੋ ਉਹ ਆਪਣੇ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸਾਥੀਆਂ ਲਈ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਸਮਝਦੇ ਹਨ।

ਬਿਲਡਿੰਗ ਬ੍ਰਿਜਜ਼ ਭਾਗ 1 - ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਪਾਲਣ-ਪੋਸ਼ਣ ਲਈ ਏ.ਬੀ.ਸੀ.

ਇਹ ਪੁਰਵ-ਰਿਕਾਰਡ ਕੀਤੀ ਪੇਸ਼ਕਾਰੀ ਕਿਸੇ ਦੇ ਵਿਕਾਸ, ਕਿਸੇ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ ਲਈ ਸਾਧਨ ਅਤੇ ਜੋਖਮ ਲੈਣ ਵਾਲੇ ਵਿਵਹਾਰਾਂ ਲਈ ਜਵਾਬਾਂ ਦੀ ਸਮਝ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀ ਹੈ।

ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਲਈ ਹੋਰ ਸਰੋਤ

ਤੰਬੂ ਅਤੇ ਭਾਫ਼ ਘਟਾਉਣ ਦਾ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ

ਇਹ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਸਾਡੇ ਭਾਈਚਾਰਕ ਭਾਈਵਾਲ, ਵੈਨਕੂਵਰ ਕੋਸਟਲ ਹੈਲਥ ਦੁਆਰਾ ਪੇਸ਼ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ, ਅਤੇ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਸਮੂਹਾਂ ਨਾਲ ਵਿਦਿਅਕ, ਖੁੱਲ੍ਹੇ ਗੱਲਬਾਤ ਸੈਸ਼ਨਾਂ ਦੀ ਸਹੂਲਤ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ smakefee@vch.ca 'ਤੇ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

ਵ੍ਹਾਈਟ ਹੋਟਰ

ਡਿਜ਼ੀਟਲ ਸਾਖਰਤਾ ਅਤੇ ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪੇਸ਼ਕਾਰੀਆਂ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਲਈ ਪੇਰੈਂਟ ਗਰੁੱਪ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸਿੱਖਿਆ <https://theshutterstock.com/parents> 12-24 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਨੌਜਵਾਨ। <https://www.bpsbc.ca/counseling-support-services/parents-group-support/> <https://www.whitetr.com/caregivers/>

CELT5 ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ

ਕੈਲਟੀ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਦੀ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਨੂੰ ਨੈਵੀਗੇਟ ਕਰਨ, ਪੀਅਰ ਸਪੋਰਟ ਨਾਲ ਜੁੜਨ ਅਤੇ ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਦਾ ਸਮਰਥਨ ਕਰਨ ਲਈ ਸਰੋਤਾਂ ਅਤੇ ਸਾਧਨਾਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੀ ਹੈ <https://keltymentalhealth.ca/parents-caregivers>

ਫੈਮਿਲੀ ਸਮਾਰਟ

ਫੈਮਿਲੀ ਸਮਾਰਟ ਕੋਲ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਲਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਮਾਪਿਆਂ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ, ਵੈਬਿਨਰ, ਵਰਕਸ਼ਾਪ ਅਤੇ ਸਰੋਤ ਹਨ <https://familysmart.ca/resources/>

ਵਾਊਡਰੀ

ਵਾਊਡਰੀ 12-24 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਲਈ ਗਰੁੱਪਾਂ ਅਤੇ ਵਰਕਸ਼ਾਪਾਂ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਾਰੀ ਹੈ <https://toundrybc.ca/virtual-groups/workshops/>

ਜਵਾਬਦੇਹ ਪਾਲਣ-ਪੋਸ਼ਣ

ਨਸ਼ੀਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਲਈ 6-ਹਫ਼ਤੇ ਦੇ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨ ਸੈਸ਼ਨ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਪੂਰਾ ਕਰਨਾ ਹੈ। ਇਹ ਸੈਸ਼ਨ ਸਿਰਫ਼ ਤੁਹਾਡੇ SACY ਪੇਰੈਂਟ ਵਰਕਸ਼ਾਪ ਨੂੰ ਭੇਜੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਬਿਲਡਿੰਗ ਬ੍ਰਿਜਜ਼ ਭਾਗ 2 - ਸੰਚਾਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕਿਸੇ ਨਾਲ ਰਣਨੀਤੀਆਂ

ਇਹ 2-ਘੰਟੇ ਦੀ ਇੰਟਰਐਕਟਿਵ ਵਰਕਸ਼ਾਪ ਪਹਿਲੇ ਹਿੱਸੇ 'ਤੇ ਬਣੀ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੇ ਰਿਸ਼ਤੇ ਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਢੰਗ ਨਾਲ ਸਮਰਥਨ ਕਰਨ ਲਈ ਸੰਚਾਰ ਅਤੇ ਕੁਨੈਕਸ਼ਨ ਵਰਗੇ ਹੁਨਰਾਂ ਨੂੰ ਸਿੱਖਣ, ਅਭਿਆਸ ਕਰਨ ਅਤੇ ਲਾਗੂ ਕਰਨ ਲਈ ਹੋਰ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨ ਅਤੇ ਜੁੜਨ ਦਾ ਮੌਕਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀ ਹੈ।

ਪੇਰੈਂਟ ਗਰੁੱਪ ਨੂੰ ਕਨੈਕਟ ਕਰੋ

ਕਨੈਕਟ ਇੱਕ 10-ਹਫ਼ਤੇ ਦਾ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਹੈ ਜੋ ਕਿ ਕਿਸੇ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ ਲਈ ਹੈ ਜੋ ਮਾਪੇ ਛੋਟੇ ਸਮੂਹਾਂ ਵਿੱਚ ਮਿਲਦੇ ਹਨ। ਹਰ 90-ਮਿੰਟ ਦਾ ਸੈਸ਼ਨ ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ-ਕਿਸੇ ਸਬੰਧਾਂ ਅਤੇ ਕਿਸੇ ਵਿਕਾਸ ਬਾਰੇ ਇੱਕ ਨਵਾਂ ਦਰਿਸ਼ਟੀਕੋਣ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ। <https://www.connectattachmentprograms.org/join>

ਮਾਪੇ ਇਕੱਠੇ ਅਤੇ ਜਾਣਦੇ ਹੋਏ

ਮੋਜ਼ੇਕ

ਵਿਭਿੰਨ ਪਿਛੋਕੜ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਦੀ ਸਫਲਤਾ ਅਤੇ ਆਪਸੀ ਸਾਂਝ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਨੂੰ ਅੱਗੇ ਵਧਾਉਣ ਲਈ ਨਵੇਂ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਸੇਵਾਵਾਂ। <https://www.bpsbc.ca/counseling-support-services/parents-group-support/>

ਜੁਵਕ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ

ਵੈਨਕੂਵਰ ਕੋਸਟਲ ਹੈਲਥ ਦੀਆਂ ਮੁਫਤ ਜੁਵਕ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੀ ਦੁਰਵਰਤੋਂ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਤ ਕਰ ਰਹੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਲਈ ਰੋਕਥਾਮ, ਸਲਾਹ ਅਤੇ ਇਲਾਜ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। <https://www.vch.ca/en/health-topics/youth-substance-use-services>

ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਕਾਰਮੇਨ ਕੌਫਮੈਨ (ckaufmann@vsb.bc.ca) ਅਤੇ ਰੇਨਾਈਟ ਗੋਸਲ (renite.gossal@vch.ca) ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ



CAFÉS DE CAPACIDAD

Una oportunidad única para que los cuidadores escuchen y aprendan de la experiencia vivida por los jóvenes. Se invita a los jóvenes a hablar abiertamente sobre temas que consideran importantes para ellos y sus pares.

CONSTRUYENDO PUENTES PARTE I: EL ABC DE LA CRIANZA DE ADOLESCENTES

Esta **presentación** pregrabada ofrece información sobre el desarrollo de los adolescentes, herramientas para apoyar a los adolescentes y respuestas ante conductas de riesgo.

OTROS RECURSOS PARA FAMILIAS

PROGRAMA DE REDUCCIÓN DE TABACO Y VAPOR

Este programa es presentado por nuestro socio comunitario, Vancouver Coastal Health, y facilita sesiones educativas de diálogo abierto con grupos de padres. Comuníquese con smokefree@vch.ca para obtener más información.

SOMBRERERO BLANCO

Presentaciones sobre alfabetización digital y seguridad en Internet Grupo de padres Apoyo y educación para cuidadores de jóvenes de 12 a 24 años. [cuidadores/https://www.bgcbc.ca/counselling-supportservices/parent-group-support/](https://www.bgcbc.ca/counselling-supportservices/parent-group-support/)

SALUD MENTAL CELTAS

Kelty ayuda a las familias a navegar por el sistema de salud mental, conectarse con apoyo de pares y acceder a recursos y herramientas para apoyar el bienestar <https://kellymentalhealth.ca/parents-caregivers>

FAMILIA INTELIGENTE

Family Smart tiene una variedad de apoyo para padres, seminarios web, talleres y recursos para familias <https://familysmart.ca/resources/>

FUNDICIÓN

Foundry ofrece grupos y talleres para jóvenes de 12 a 24 años y sus familias <https://foundrybc.ca/virtual/groups-workshops/>

CRIANZA RESPONSIVA

Sesiones de psicoeducación de 6 semanas para cuidadores de jóvenes que luchan con problemas de uso de sustancias y cómo responder a las necesidades de sus jóvenes. Estas sesiones se realizan únicamente por remisión a su padre trabajador de SACY.

CONSTRUYENDO PUENTES PARTE II - COMUNICACIÓN ESTRATEGIAS CON TUS ADOLESCENTES

Este taller interactivo de 2 horas se basa en la primera parte y ofrece la oportunidad de interactuar y conectarse con otros cuidadores para aprender, practicar y aplicar habilidades como la comunicación y la conexión para apoyar mejor su relación con su adolescente.

CONECTAR EL GRUPO DE PADRES

Connect es un programa de 10 semanas para apoyar a los cuidadores de adolescentes. Los padres se reúnen en grupos pequeños. Cada sesión de 90 minutos brinda a los padres una nueva perspectiva sobre las relaciones entre padres y adolescentes y el desarrollo de los adolescentes. [https://www.connectattachmentprograms.org/](https://www.connectattachmentprograms.org/join-a-group/british-columbia)

PADRES JUNTOS Y CONOCIDOS

MOSAICO

Servicios para recién llegados para promover el éxito y el sentido de pertenencia de personas de diversos orígenes. <https://www.bgcbc.ca/counselling-support-services/parent-group-support/>

SERVICIOS DE USO DE SUSTANCIAS PARA JÓVENES

Los servicios gratuitos de uso de sustancias para jóvenes de Vancouver Coastal Health incluyen prevención, asesoramiento y tratamiento para satisfacer las necesidades de los jóvenes que luchan contra el uso indebido de sustancias. <https://www.vch.ca/en/health-topics/servicios-de-uso-de-sustancias-para-jovenes>

Comuníquese con Carmen Kaufmann (ckaufmann@vsb.bc.ca) y Renite Gosal (renite.gosal@vch.ca) para obtener más información.