



Student Services

Tobacco Use Prevention Education (TUPE)

<https://bit.ly/TwinRiversTUPE>

Does your student vape or smoke?

We provide intervention counseling and cessation resources for students attending Twin Rivers Unified School District

To refer your son/daughter to these resources please contact:

Scott Kazer
Program Specialist, Student Services
(916) 566-1600 ext. 33222
scott.kazer@twinriversusd.org

Jeremy Combs
Program Specialist, Student Services
(916) 566-1600 ext. 33224
jeremy.combs@twinriversusd.org



Parents Guide:

The Vaping Epidemic & What you need to know

*Vaping aerosol contains harmful ingredients like heavy metals and chemicals known to cause cancer and other lung related illnesses.

*Almost all vaping products contain nicotine. However, many teens think vaping is nicotine-free.

*Nicotine can cause permanent changes to the developing brain that can:

- Make addiction to other drugs easier
- Escalate anxiety, mood swings, and learning difficulties

*Teens who vape may be more likely to use regular cigarettes

*Individuals who vape are 5 to 7 times more likely to face a much higher risk of contracting COVID-19 and suffering from complications

Know the signs:

- *Fruity artificial smells behind closed doors
- *Changes in your child's behavior
- *Found unfamiliar chargers, coils, batteries
- *Headaches or nausea

Red Ribbon Week 2020
October 23-31
"Be Happy. Be Brave. Be Drug Free"



Twin Rivers Unified School District will be participating in district-wide prevention and awareness activities during Red Ribbon Week. Please join us in our mission to keep our students drug-free by talking with them about the dangers of alcohol, tobacco and other drugs.

Know what to say:

*Have ongoing conversations throughout your child's life about alcohol, tobacco and other drugs.

*Ask your child questions:

- Do your friends engage in these harmful activities?
- Have you tried anything?
- What made you say yes or no?

Additional Information:

<https://www.redribbon.org/>

<https://addictionschool.addictionpolicy.org/>
(Online courses for parents or teens)

https://e-cigarettes.surgeongeneral.gov/documents/SGR_ECig_ParentTipsheet_508.pdf
(How to talk with your child about vaping)

<https://med.stanford.edu/tobaccopreventiontoolkit.html>



Servicios para Estudiantes
Educación para la prevención del
consumo de tabaco (TUPE)
<https://bit.ly/TwinRiversTUPE>

¿Su estudiante vapea o fuma?

Ofrecemos asesoramiento de intervención y recursos para dejar de fumar para los estudiantes que asisten al Distrito Escolar Unificado Twin Rivers.

Para referir a su hijo/hija a estos recursos, comuníquese con:

Scott Kazer, Especialista en programas
Servicios para Estudiantes
(916) 566-1600 ext. 33222
scott.kazer@twinriversusd.org

Jeremy Combs, Especialista en programas
Servicios para estudiantes
(916) 566-1600 ext. 33224
jeremy.combs@twinriversusd.org



Guía para padres: La epidemia del vapeo y lo que necesita saber

- * El aerosol de vapeo contiene ingredientes nocivos como metales pesados y productos químicos que se sabe que causan cáncer y otras enfermedades relacionadas con los pulmones.
 - * Casi todos los productos de vapeo contienen nicotina. Sin embargo, muchos adolescentes piensan que vapear no contiene nicotina.
 - * La nicotina puede causar cambios permanentes en el cerebro en desarrollo que pueden:
 - Facilitar la adicción a otras drogas
 - Aumentar la ansiedad, los cambios de humor y las dificultades de aprendizaje.
 - * Los adolescentes que vapean pueden tener más probabilidades de usar cigarrillos regulares
 - * Las personas que vapean tienen de 5 a 7 veces más probabilidades de enfrentar un riesgo mucho mayor de contraer COVID-19 y sufrir complicaciones.
- Conozca las señales:**
- * Olores artificiales afrutados a puerta cerrada
 - * Cambios en el comportamiento de su hijo
 - * Encontrados cargadores, bobinas, baterías desconocidas
 - * Dolores de cabeza o náusea

Semana del Listón Rojo 2020
23-31 de octubre
"Sea feliz. Sé valiente. Libérate de las drogas"



El Distrito Escolar Unificado de Twin Rivers participará en actividades de prevención y concientización en todo el distrito durante la Semana del Listón Rojo. Únase con nosotros en nuestra misión de mantener a nuestros estudiantes libres de drogas hablando con ellos sobre los peligros del alcohol, el tabaco y otras drogas.

Saber qué decir:

- * Mantenga conversaciones continuas a lo largo de la vida de su hijo sobre el alcohol, el tabaco y otras drogas.
- * Hágle preguntas a su hijo:
 - ¿Tus amigos se involucran en estas actividades dañinas?
 - ¿Has probado algo?
 - ¿Qué te hizo decir sí o no?

Información Adicional:

<https://www.redribbon.org>

<https://addictionschool.addictionpolicy.org/>
(Cursos en línea para padres o adolescentes)

https://e-cigarettes.surgeongeneral.gov/documents/SGR_ECig_ParentTipsheet_508.pdf
(Cómo hablar con su hijo sobre vapear)

<https://med.stanford.edu/tobaccopreventiontoolkit.html>