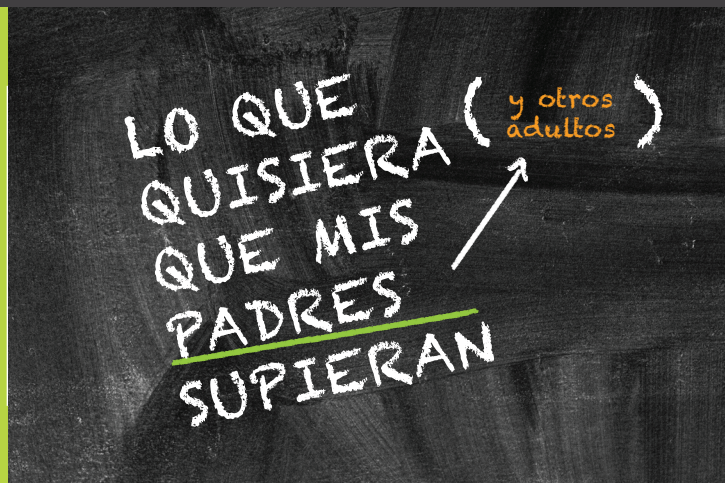




Tema Para Enero 2026: Lo que quisiera que mis padres (y otros adultos) supieran

Crea una película, un podcast o una obra de arte sobre lo que quisieras que tus padres (u otros adultos) supieran sobre los señales de advertencia del suicidio, cómo es la vida de un joven hoy en día, o la importancia de apoyar la salud mental de los jóvenes.



Visita el sitio web de recursos de prevención del suicidio para padres y cuidadores.



Desafío TikTok: Cada TikTok presentando en respuesta a un tema recibirá una tarjeta de regalo por \$20 y la oportunidad de ganar un premio mayor de \$100.

**SE ACEPTAN TODAS
LAS FORMAS DE ARTE**

**ABIERTO A JÓVENES
DE 12 A 25 AÑOS**

GANAR PREMIOS

**FECHA LÍMITE DE PRESENTACIÓN:
31 de enero de 2024**

Este tema es parte de la campaña de medios de comunicación de prevención del suicidio juvenil en el estado financiada por el Departamento de Salud Pública de California. La campaña se está cocreando con jóvenes de toda California, y se espera que se lance en primavera de 2024.

Algunas ideas:

- A veces es difícil explicar cómo nos sentimos, o expresar lo que necesitamos cuando estamos pasando por un momento difícil. Si pudieras escribirle una carta (o enviarle un mensaje en video) a un padre/cuidador u otro adulto sobre tu vida como una persona joven hoy en día, ¿qué dirías? ¿Qué quisieras que supieran sobre ti, tu salud mental y el tipo de apoyo que necesitas?
- No todas las conversaciones con adultos sobre problemas, salud mental o lo que está pasando en tu vida son fáciles o salen exactamente como quisieras. Imagina cómo sería o cómo sonaría la conversación perfecta con tus padres u otro adulto. ¿Qué desearías poder decirles y cómo te gustaría que respondieran? Crea una obra de arte, un podcast, un video breve, un guion de radio o una pieza escrita sobre cómo podría ser esa conversación.
- ¿Alguna vez sentiste que los adultos en tu vida no te ven, no te entienden, no apoyan tus sueños o no te dan el apoyo que necesitas cuando estás pasando un mal momento? Expresa creativamente qué quieres que sepan los adultos en tu vida y qué desearías que hicieran de otra manera.
- ¿Qué diferencias generacionales o culturales has notado entre tú y tus padres/abuelos/cuidadores? ¿Cómo se pueden unir los jóvenes y las generaciones anteriores para tener conversaciones mejores sobre salud mental y prevención del suicidio?



YOUTH CREATING CHANGE



HopeandJustice.art