



OREGON YOUTH AUTHORITY



Good afternoon families,

September Topic: Mental health resources for families

We know that parents and caregivers are sometimes in need of mental health resources for themselves and other family members, whether that is resources for navigating a crisis situation, finding other people who are experiencing similar challenges, or just needing someone objective to talk to. There are many different local and national resources available to families. See some recommended resources below:



Parents Anonymous, OYA's free weekly, confidential, and non-judgmental group where family members can connect and support one another.

Reach Out Oregon A support network of families with children experiencing mental, emotional or behavioral health challenges. Includes online discussion forums with other parents and a call-in listening line for support.

NAMI Oregon also has a number of resources including local support groups and a helpline with resources in Oregon.

Lines for Life offers three to four free counseling sessions to meet short term counseling needs through their [Behavioral Health Support Line](#). The line serves Oregonians 24/7 and you do not need to be in crisis to contact the line.

The [Substance Abuse and Mental Health Services Administration](#) (SAMHSA) has a number of resources including how to connect to mental health treatment and counseling, crisis resources including the 988 Crisis Hotline, and SAMSHA's national 24/7 free confidential help line in English and Spanish.

Each month our newsletters feature information on different topics. To look for information on previous topics, visit the [Monthly Family Newsletter](#) page on our website. If you know of someone who would like to receive these newsletters, that page includes the link to subscribe.

Education and Vocational Corner: Micro-credentials and short-term certificates

Have you heard of micro-credentials and very short-term certificates? The idea behind these certificates and micro-credentials is to provide quick training that leads to immediate entry positions in fields that are hiring many workers. They can be a great pathway into a career field for youth.

All over the state, Workforce Development Centers offer opportunities for free training, support in getting paid apprenticeships and opportunities for micro-credentials such as Career Readiness Certificates, Flagger and forklift certifications etc. These trainings often take one day and with the certificate, youth can apply for a job in that field. They even have free workshops to help with resumes, interviewing, creating the strongest application for a paid apprenticeship etc! Visit your local [Work source office](#) to get more information about what's available in your area.

Many community colleges offer these programs as well. Sometimes the WorkSource office is at your local community college. For example, Portland Community College has a range of these trainings and certificates many at no cost and some come with a stipend to participants! Check out the [PCC Opportunity Centers](#) and the [OMIC center](#) for more information. Some examples include the CNC Core, Micro-Credential in Entry Level Machining. PCC will offer a series 10-day trainings in machining. At the end of the training participants will receive a \$1,000 stipend, a micro-credential, and an interview with a local company hiring machinists.

Have questions about education or vocational training for your youth? Connect with OYA's Vocational and Higher Education Coordinator Jennifer.falzerano@oya.oregon.gov

MacLaren visitation schedule

[September MacLaren Schedule](#)

[October MacLaren Schedule](#)

Family orientations are held monthly on the 4th Tuesday of the month from 6PM – 7PM by Microsoft Teams. [Click here](#) to join the orientation.

Do You Want to Get Involved?

The OYA Family Advisory Council advises OYA on meaningful family engagement, challenges navigating the system, and incorporating family voice into OYA policies and practices.

If you are interested, contact Griselda Solano-Salinas at Griselda.Solano-Salinas@oya.oregon.gov

Buenas tardes, familias:

Tema para julio: Recursos de salud mental para familias

Sabemos que los padres y cuidadores a veces necesitan recursos de salud mental para ellos y otros miembros de la familia, ya sean recursos para atravesar una situación de crisis, encontrar a otras personas que están experimentando desafíos similares o simplemente encontrar a alguien objetivo con quien hablar. Hay muchos recursos locales y nacionales diferentes disponibles para las familias. Consulte algunos de los recursos recomendados a continuación:



Parents Anonymous: El grupo gratuito semanal, confidencial y sin prejuicios de OYA donde los miembros de la familia pueden conectarse y apoyarse mutuamente.

[Reach Out Oregon](#): Una red de apoyo de familias con niños que experimentan problemas de salud mental, emocional o del comportamiento. Incluye foros de debate en línea con otros padres y una línea de atención telefónica para obtener apoyo.

La **[Alianza Nacional sobre Enfermedades Mentales de Oregon](#)** (National Alliance on Mental Illness (NAMI, por sus siglas en inglés)) también cuenta con varios recursos, incluidos los grupos de apoyo local y la línea de ayuda con recursos en Oregon.

Lines for Life [Líneas de respuesta para la protección de la vida] ofrece de tres a cuatro sesiones de asesoramiento gratuito para cubrir las necesidades de asesoramiento a corto plazo a través de su [línea de apoyo sobre salud conductual](#). La

línea telefónica atiende a los residentes de Oregon las 24 horas del día, los 7 días de la semana, y no necesita tener una situación de crisis para comunicarse.

La [Administración de Servicios de Salud Mental y Abuso de Sustancias](#) (Substance Abuse and Mental Health Services Administration (SAMHSA, por sus siglas en inglés)) cuenta con varios recursos, incluida la forma de cómo relacionarse con el tratamiento y el asesoramiento de salud mental; los recursos para situaciones de crisis, incluida la línea directa de crisis 988, la línea nacional de ayuda gratuita y confidencial de SAMSHA durante las 24 horas del día, los 7 días de la semana, tanto en inglés como en español.

Cada mes nuestros boletines ofrecen información sobre distintos temas. Para buscar información sobre temas anteriores, visite la página del [Boletín informativo familiar mensual](#) que se encuentra en nuestro sitio web. Si conoce a alguien que desee recibir estos boletines informativos, esta página incluye el enlace para suscribirse.

Rincón de educación y vocación: Microcredenciales y certificados a corto plazo

¿Conoce sobre las microcredenciales y los certificados a muy corto plazo? La idea de estos certificados y microcredenciales es proporcionar una capacitación rápida que conduzca a puestos para principiantes inmediatos en campos que están contratando a muchos trabajadores. Pueden ser un gran camino hacia un campo profesional para los jóvenes.

En todo el estado, los Centros de Desarrollo de la Fuerza Laboral ofrecen oportunidades de capacitación gratuita, apoyo para acceder a prácticas remuneradas y oportunidades para microcredenciales como certificados de preparación profesional, certificaciones para encargados de la señalización y operadores de montacargas, etc. Estas capacitaciones normalmente duran un día y, con el certificado, los jóvenes pueden solicitar un trabajo en ese campo. ¡Incluso tienen talleres gratuitos para ayudar con currículums, entrevistas, a crear la solicitud más sólida para una práctica remunerada, etc.! Visite su [oficina de WorkSource](#) local para obtener más información sobre las opciones disponibles en su área.

Muchos colegios comunitarios también ofrecen estos programas. A veces, la oficina de WorkSource se encuentra en su colegio comunitario local. Por ejemplo, Portland Community College tiene una variedad de estas capacitaciones y certificados, muchos sin costo, y algunos vienen con un estipendio para los participantes. Consulte los [Centros de Oportunidades de PCC](#) y [el centro OMIC](#) para obtener más información. Algunos ejemplos incluyen fundamentos de CNC y microcredencial en mecanizado de nivel principiante. PCC ofrecerá una serie de capacitaciones de 10 días sobre mecanizado. Al final de la capacitación, los participantes recibirán un estipendio de \$1,000, una microcredencial y una entrevista con una empresa local que contrata maquinistas.

¿Tiene preguntas sobre la educación o la capacitación vocacional de su hijo/a joven?
Comuníquese con la coordinadora de capacitación vocacional y educación superior de OYA, Jennifer.falzerano@oya.oregon.gov

Horario de visitas de MacLaren

[Horario de MacLaren para septiembre](#)

[Horario de MacLaren para octubre](#)

Las reuniones de orientación familiar se llevan a cabo el 4.º martes de cada mes de 6 PM a 7 PM a través de Microsoft Teams. [Haga clic aquí](#) para unirse a la reunión de orientación.

¿Le gustaría involucrarse?

El Consejo Asesor de la Familia de la OYA asesora a la OYA sobre la participación significativa de la familia, los retos que plantea la navegación por el sistema y la incorporación de la voz de la familia en las políticas y prácticas de la OYA.

Si usted está interesado, comuníquese con Griselda Solano-Salinas al correo electrónico Griselda.Solano-Salinas@oya.oregon.gov