

## Pangangalaga sa Mental Health ng mga Estudyante

Lahat po ng mga magulang ay labis na nag aalala sa kalagayan ng Mental health ng kanilang mga anak dahil sa pagkalat ng Corona virus.

Ang Board of Education ay nagsasagawa ng mga paraan upang madaling maiwasan ang pang aapi sa kapwa estudyante dahil sa pagkahawa ng corona virus.

Lalo na sa muling pagbubukas ng paaralan, ang Board of Education ng iba't ibang lungsod at paaralan ay magkasamang gumagawa ng mga paraan at humihingi ng pang unawa at kooperasyon para sa ligtas at mapayapang pamumuhay ng mga estudyante.

### 1 Konsultasyon kapag may problema

- Kung may problema na inaapi o pinag iisipan nang masama dahil sa Corona virus, ipaalam kaagad sa sariling adviser, faculty o kahit sinong kawani ng ng paaralan.
- Kung may problema at pag aalala hinggil sa pang aapi, maaring kumunsulta nang 24 oras sa numero na nasa ibaba

**[Children Support Center] (0120-3882-56)**

### 2 Kunsulta sa Espesyalista

- Maaaring kumunsulta sa Espesyalista (School Counselor, School Social worker) atin pong ipaalam sa paaralan kung nangangailangan.

### 3 Mga iba pang paraan

- Hinihiling na ituro at ipaunawa sa mga bata na ang pang aapi ay hindi tama at hinding hindi mapapatawaran.
- Alaming mabuti kung walang nagaganap na pang aapi sa pamamagitan ng internet.