

# It's Complicated: Children, Social Media, and Mental Health

March 20 | 6-7:30 p.m.  
Henry Sibley High School Cafeteria

Presenter: Erin Walsh, M.A.



Young people today spend an average of 53 hours a week with Internet, social networking, cell phones, and video games, more than any other activity but sleeping. Digital technologies simultaneously unleash incredible opportunities and pose a new set of challenges for families.

In this interactive and energizing presentation, Erin Walsh will use brain science, stories, and humor to explain how technology is changing the ways that children grow up, socialize, and forge their identities. Erin will help parents, guardians and educators understand the key ingredients for wellness in the digital age and provide practical tools and strategies that help children and youth build on their strengths.

Participants will be able to use emerging research to understand the impact of technology on mental health, social emotional development, focus and attention.

Parents and guardians with children of all ages are invited to attend! Childcare will be available. If interested, please contact Sara Lein at 651-403-7019 or [sara.lein@isd197.org](mailto:sara.lein@isd197.org).

Spanish-speaking interpreters will also be at the event.



Erin Walsh, M.A. is a dynamic, knowledgeable speaker who has addressed a wide range of audiences on topics related to brain development and raising resilient young people in the digital age. Erin was instrumental to the development of the MediaWise movement and enjoyed working with her father, Dr. David Walsh, for 10 years at the National Institute on Media and the Family before creating Mind Positive Parenting together in 2010.

## Come early for coffee and conversation!

*Warrior Wake-Up, a coffee shop run by high school students in the REAL-Relevant Educational Approach to Learning program at Henry Sibley, will be open at 5:45 p.m. Come early for an opportunity to connect with other parents and guardians of students with disabilities and special education staff members.*

WARRIOR  
Wake Up

# Es Complicado: Niños, Redes Sociales y Salud Mental

20 de marzo | 6-7:30 p.m.

Cafetería

Escuela Secundaria Henry Sibley

Presentador: Erin Walsh, M.A.

Los jóvenes de hoy pasan un promedio de 53 horas a la semana con Internet, redes sociales, teléfonos celulares y videojuegos, más que cualquier otra actividad, a excepción del tiempo de dormir. Las tecnologías digitales simultáneamente liberan oportunidades increíbles y plantean un nuevo conjunto de desafíos para las familias.

En esta presentación interactiva y energizante, Erin Walsh utilizará la ciencia del cerebro, las historias y el humor para explicar cómo la tecnología está cambiando las formas en que los niños crecen, socializan y forjan sus identidades. Erin ayudará a los padres, tutores y educadores a comprender los ingredientes claves para el bienestar en la era digital y proporcionará herramientas prácticas y estrategias que ayuden a los niños y jóvenes a desarrollar sus fortalezas.

Los participantes podrán utilizar la investigación emergente para comprender el impacto de la tecnología en la salud mental, el desarrollo socioemocional, el enfoque y la atención.

¡Padres y tutores con niños de todas las edades están invitados a asistir! Cuidado de niños estará disponible. Si está interesado, comuníquese con Sara Lein al 651-403-7019 o [sara.lein@isd197.org](mailto:sara.lein@isd197.org).

Intérpretes en español también estarán en el evento.



Erin Walsh, M.A. es una oradora dinámica y conocedora que se ha dirigido a una amplia gama de audiencias sobre temas relacionados con el desarrollo del cerebro y la creación de jóvenes resistentes en la era digital. Erin fue fundamental para el desarrollo del movimiento MediaWise y disfrutó de trabajar con su padre, el Dr. David Walsh, durante 10 años en el Instituto Nacional de Medios y la Familia antes de crear “Mind Positive Parenting” juntos en 2010.

## ¡Llegue temprano para un café y conversación!

*Warrior Wake-Up, una cafetería dirigida por estudiantes de secundaria en el programa REAL-Relevant Educational Approach to Learning en Henry Sibley, estará abierta a las 5:45 p.m. Llegue temprano para tener la oportunidad de conectarse con otros padres y tutores de estudiantes con discapacidades y miembros del personal de educación especial.*



WARRIOR  
Wake Up

Este evento es patrocinado por el Consejo Asesor de Educación Especial del Distrito 197 (SEAC)