

February 2021 Newsletter

Stay up to date on
your community!

In this Issue...

- Teen Dating Violence Awareness Month
- National Condom Week
- Touchstone & Making Proud Choices!
- Workshops & Events
- Leadership Opportunities
- Call-to-Action



Resources:

- 1) <https://www.cdc.gov/violenceprevention/intimatepartnerviolence/teendatingviolence/fastfact.html>
- 2) <https://www.loveisrespect.org/about-dating/warning-signs-of-abuse/>
- 3) <https://www.loveisrespect.org/healthy-relationships/relationship-spectrum/>
- 4) <https://www.414allmke.org/condoms/condom-myths-facts/>
- 5) <https://www.cdc.gov/teenpregnancy/about/index.htm>
- 6) <https://www.cdc.gov/std/life-stages-populations/stdfact-teens.htm>

Healthy & Happy Relationships

Teen Dating Violence Awareness Month

By: Jackie Christ, Health Educator



February is Teen Dating Violence Awareness Month. The goal is to raise awareness of teen dating violence and promote healthy relationships! Unfortunately, teen dating violence is common.¹ But the good news is that it is **preventable**.

There are four types of teen dating violence to be aware of:¹

- **Physical Violence:** When a person hurts or tries to hurt a partner by hitting, kicking, or using another type of physical force.
- **Sexual Violence:** Forcing or attempting to force a partner to take part in a sex act, sexual touching, or a non-physical sexual event (e.g., sexting) when the partner does not or cannot consent.
- **Psychological Aggression:** The use of verbal and non-verbal communication with the intent to harm another person mentally or emotionally and/or exert control over another person.
- **Stalking:** A pattern of repeated, unwanted attention and contact by a partner that causes fear or concern for one's own safety or the safety of someone close to the victim.

It can sometimes be hard to identify dating violence. No two relationships are the same, so what should you be looking for? Below are some of the common warning signs of teen dating violence:²

- One partner **constantly checks** the other's phone or personal accounts **without their permission**.
- One partner is **always putting the other partner down** and often does so in front of other people.
- One partner **tries to isolate the other** from friends and family.
- One partner is extremely **jealous or insecure**.
- One partner has an **explosive temper or bad mood swings**.

You may be wondering, what does a healthy relationship look like? There are many qualities of a safe and healthy relationship. Some of these qualities include: **Communication, respect, trust, honesty, and equality**.³ In a healthy relationship, both partners also **enjoy personal time away from each other and make mutual choices**.³ If you find yourself wondering if your relationship is healthy, click the link below to take the relationship quiz from loveisrespect.org.

- <https://www.loveisrespect.org/quiz/is-your-relationship-healthy/?%3E>

If you or someone you know is in an unhealthy relationship and needs help (remember, it's okay to get help), please visit the follow site for resources:

- <https://www.loveisrespect.org/get-help/>
- <https://www.thehotline.org/>



Workshops & Events

Aguila Storytime

Date & Time:

The 2nd & 4th Wednesday of every month from 6:00-7:00 pm

Location:

Virtual: Visit aguilayouth.org to register & for more information.

What is Aguila Storytime?

High school students from the AGUILA Youth Leadership Institute read stories to children ages 2-8 via zoom.

Leadership Opportunities

CARE Coalition Meeting

Date & Time:

February 19th from 11:30 am to 1:00 pm

Location:

Virtual: Contact Ruth Santos at ruth.santos@touchstonebh.org for more information & link details.

Why come?

Make a positive impact on youth in your community by attending the CARE Coalition's quarterly meeting!

Youth Leadership Council Meeting

Date & Time:

February 17th

Alhambra meeting @ 2:00-3:00 pm
Glendale meeting @ 5:00-6:00 pm

Location:

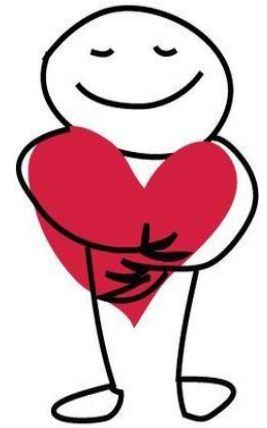
Virtual: Contact Christina Munoz at christina.munoz@touchstonebh.org for more information & link details.

Why come?

Are you a youth between the ages 11-14 looking to get involved, learn new skills, and make a difference in your school and community? Then come join the YLC for their monthly meeting!

National Condom Week: February 14th-21st

February 14th-21st is National Condom Week. The goal of this week is to promote the safe and effective use of condoms to reduce unintended pregnancies and the spread of STDs. While abstaining from sex is the only 100% way to prevent STDs and unintended pregnancies, the correct and consistent use of condoms can be an effective strategy if someone decides to engage in sexual activity.



For National Condom Week, consider the following myths and facts about condoms:⁴

- × **MYTH:** Two condoms are better than one.
- ✓ **FACT:** This is not true! Using two condoms increases the chance of ripping. It is best to use one at a time.
- × **MYTH:** If I'm on the pill, then I don't need to use condoms.
- ✓ **FACT:** You still need to use condoms! While birth control pills can reduce the risks of an unintended pregnancy, the pill will not protect you against STDs.

Touchstone & Making Proud Choices!

At Touchstone's Prevention Department, health educators teach a program called *Making Proud Choices!* (MPC) to youth. MPC is an evidence-based, or fact-based, program that teaches youth the skills they need to reduce their risk of STIs/STDs and unintended pregnancies.



While teen pregnancies have been decreasing over the years, there are still many unintended teen pregnancies occurring.⁵ Also, about half of the STI/STD cases that occur each year in the United States are among teens and young adults.⁶ This means programs like MPC are important for youth in the community.

To find out more about *Making Proud Choices!* visit the following website:

→ <https://www.etr.org/ebi/programs/making-proud-choices/>

Call-to-Action: What YOU Can Do

Here's some suggestions on what **YOU** can do this month:

- Help recognize and prevent teen dating violence.
- Promote the safe and effective use of condoms.
- Learn more about the health education programs at Touchstone.
- Participate in Aguila Storytime.
- Join the CARE Coalition to make a positive impact on youth.
- Attend a YLC meeting to make a difference in your community.



Boletín Informativo Febrero 2021

¡Manténgase actualizado sobre su comunidad!

En este número...

- Mes de concientización sobre la violencia en el noviazgo de adolescentes
- Semana Nacional del Condón
- Touchstone y *Making Proud Choices!* (MPC)
- Talleres y Eventos
- Oportunidades de liderazgo
- Llamada a la acción



Recursos

- 1) <https://www.cdc.gov/violenceprevention/intimatepartnerviolence/teendatingviolence/fastfact.html>
- 2) <https://www.loveisrespect.org/about-dating/warning-signs-of-abuse/>
- 3) <https://www.loveisrespect.org/healthy-relationships/relationship-spectrum/>
- 4) <https://www.414allmke.org/condoms/condom-myths-facts/>
- 5) <https://www.cdc.gov/teenpregnancy/about/index.htm>
- 6) <https://www.cdc.gov/std/life-stages-populations/stdfact-teens.htm>

Relaciones Saludables y Felices

Mes de concientización sobre la violencia en el noviazgo de adolescentes

Por: Jackie Christ, Educadora de Salud



Febrero es el mes de concientización sobre la violencia en el noviazgo de adolescentes. ¡El objetivo es crear conciencia sobre la violencia en las parejas adolescentes y promover relaciones saludables! Desafortunadamente, la violencia en el noviazgo de adolescentes es común.¹ Pero la buena noticia es que se puede **prevenir**.

Hay cuatro tipos de violencia en el noviazgo de adolescentes que debe tener en cuenta:¹

- **Violencia física:** cuando una persona lastima o intenta lastimar a su pareja golpeando, pateando o usando otro tipo de fuerza física.
- **Violencia sexual:** Forzar o intentar obligar a la pareja a participar un acto sexual, contacto sexual o un evento sexual no físico (por ejemplo, sexting) cuando la pareja no da consentimiento o no puede hacerlo.
- **Agresión psicológica:** El uso de comunicación verbal y no verbal con la intención de dañar a otra persona mental o emocionalmente y / o ejercer control sobre otra persona.
- **Acecho:** Un patrón de atención y contacto repetido y no deseado por parte de una pareja que causa temor o preocupación por la seguridad propia o la seguridad de alguien cercano a la víctima.

A veces puede resultar difícil identificar la violencia en el noviazgo. No hay dos relaciones iguales, así que, ¿qué debería buscar? A continuación se muestran algunas de las señales comunes de la violencia en el noviazgo adolescente:²

- La pareja revisa **constantemente** el teléfono o las cuentas personales del otro **sin su permiso**.
- La pareja **siempre está menospreciando a la otra pareja** y, a menudo, lo hace frente a otras personas.
- La pareja **intenta aislar al otro de sus amigos y familiares**.
- La pareja es extremadamente **celoso o inseguro**
- La pareja tiene un **temperamento explosivo o cambios de humor**.

Quizás se pregunte, ¿cómo es una relación saludable? Hay muchas cualidades de una relación sana y segura. Algunas de estas cualidades incluyen: **comunicación, respeto, confianza, honestidad e igualdad**.³ En una relación sana, ambos compañeros también **disfrutan de tiempo personal lejos del otro y toman decisiones mutuas**.³ Si se pregunta si su relación es saludable, haga clic en el enlace a continuación para realizar el cuestionario sobre relaciones de [loveisrespect.org](https://www.loveisrespect.org).

- <https://www.loveisrespect.org/quiz/is-your-relationship-healthy/?%3E>

Si usted o alguien que conoce tiene una relación poco saludable y necesita ayuda (recuerde, está bien obtener ayuda), visite el siguiente sitio para obtener recursos:

- <https://www.loveisrespect.org/get-help/>
- <https://www.thehotline.org/>



Talleres y Eventos

Aguila Storytime

Fecha y Hora:

El segundo y cuarto Miércoles de cada mes de 6:00-7:00 pm

Ubicación:

Virtual: Visite aguilayouth.org para registrarse y para obtener más información.

¿Qué es Aguila Storytime?

Los estudiantes de secundaria del Instituto de Liderazgo Juvenil AGUILA leen cuentos a niños de 2 a 8 años mediante ZOOM

Oportunidades de Liderazgo

Reunión de CARE Coalición

Fecha y Hora:

Febrero 19 de 11:30 am to 1:00 pm

Ubicación:

Virtual: Comuníquese con Ruth Santos en ruth.santos@touchstonebh.org para obtener más información y detalles del enlace.

¿Por qué venir?

¡Haga un impacto positivo en los jóvenes de su comunidad asistiendo a la reunión trimestral de CARE Coalition!

Reunión del Consejo de Liderazgo Juvenil (YLC)

Fecha y Hora:

Febrero 17

Junta en Alhambra @ 2:00-3:00 pm
Junta en Glendale @ 5:00-6:00 pm

Ubicación:

Virtual: Póngase en contacto con Christina Munoz en christina.munoz@touchstonebh.org para obtener más información y detalles del enlace.

¿Por qué venir?

Eres un joven de entre 11 y 14 años que busca involucrarse, aprender nuevas habilidades y hacer una diferencia en su escuela y comunidad? ¡Entonces únase al YLC para su reunión mensual!

Semana Nacional del Condón: 14 a 21 de Febrero

Del 14 al 21 de Febrero es la Semana Nacional del Condón. El objetivo de esta semana es promover el uso seguro y eficaz de condones para reducir los embarazos no deseados y la propagación de ETS. Si bien abstenerse de tener relaciones sexuales es la única forma 100% de prevenir las ETS y los embarazos no deseados, el uso correcto y constante de condones puede ser una estrategia eficaz si alguien decide participar en la actividad sexual.



Para la Semana Nacional del Condón, considere los siguientes mitos y realidades sobre los condones: ⁴

- × **MITO:** Dos condones son mejores que uno.
- ✓ **HECHO:** ¡Esto no es cierto! El uso de dos condones aumenta la posibilidad de que se rompa. Es mejor usar uno a la vez.
- × **MITO:** Si estoy tomando la píldora, no necesito usar condones.
- ✓ **HECHO:** ¡Aún necesitas usar condones! Si bien las píldoras anticonceptivas pueden reducir los riesgos de un embarazo no deseado, la píldora no protegerá contra las ETS.

Touchstone y Making Proud Choices! (MPC)

En el Departamento de Prevención de Touchstone, los educadores de salud imparten un programa llamado Making Proud Choices! (MPC) a los jóvenes. MPC es un programa basado en evidencia o en hechos que enseña a los jóvenes las habilidades que necesitan para reducir el riesgo de contraer ITS / ETS y embarazos no deseados.



Si bien los embarazos en la adolescencia han ido disminuyendo a lo largo de los años, todavía se producen muchos embarazos no deseados en la adolescencia.⁵ Además, aproximadamente la mitad de los casos de ITS / ETS que ocurren cada año en los Estados Unidos son entre adolescentes y adultos jóvenes.⁶ Esto significa que programas como MPC son importantes para los jóvenes de la comunidad.

¡Para obtener más información sobre Making Proud Choice! visite el siguiente sitio web:

→ <https://www.etr.org/ebi/programs/making-proud-choices/>

Llamada a la Acción: Que puedes Hacer usted

Aquí tiene algunas sugerencias sobre lo que **USTED** puedes hacer este mes:

- Ayude a reconocer y prevenir la violencia en el noviazgo adolescente.
- Promover el uso seguro y eficaz de condones.
- Obtenga más información sobre los programas de educación para la salud en Touchstone.
- Participe en Aguila Storytime.
- Únase a la Coalición CARE para tener un impacto positivo en la juventud.
- Asista a una reunión de YLC para marcar la diferencia en su comunidad.

