

09/27/2026

Dear Parents and Caregivers,

Substance use among students in Marin is widespread, with students commonly using substances such as e-cigarettes (vapes), cannabis, alcohol, and opioids. In fact, Marin's underage substance use rate is nearly twice the state average ([Source](#)).

Next week, our 7th grade students will learn about the harmful effects of various substances via a workshop series. This workshop utilizes age-appropriate, evidence-based lessons developed by Stanford University's REACH Lab. We Lead Ours, a local organization with over 15 years of youth engagement and training experience, will facilitate the workshop.

The goals of this workshop are for students to:

- Increase their knowledge about various substances (including e-cigarettes, cannabis, alcohol, and opioids), as well as the harms they can cause.
- Gain awareness of strategies manufacturers and sellers of substances employ to increase use among adolescents, such as deceptive and creative marketing strategies.
- Gain skills to refuse experimentation and use of substances.
- Reduce and prevent substance use of any type.

Engagement strategies that will be utilized include: validating a student's choice not to use, investigating the reasons teens may be curious about using, and motivating teens who are already experimenting to reduce, pause, and/or quit their usage as a step towards living substance-free.

San Jose Middle School is committed to utilizing the most effective approaches to preventing the use of substances in our schools and communities, and we know that prevention of substance use is most effective when done in partnership with the community, the home, and the school.

We need your help in this effort to keep our youth substance free! Research consistently shows that teens who learn about the risks of drugs and alcohol at home, from parents or caregivers, are less likely to use substances than young people who report learning nothing about the risks at home. However, getting the message across is not easy... So we'd like to draw your attention to the ["Let's Talk" website](#), which has information you can use to help start those conversations with your child.

As always, feel free to reach out should you have any questions:

Aaron Gildengorin, Assistant Principal, agildengorin@nUSD.org

Megan Kovacevich, School Counselor, mkovacevich@nUSD.org

Sincerely,

San Jose Middle School Administration & Counseling Team

09/27/2026

Padres y cuidadores,

El consumo de sustancias entre los estudiantes de Marin está generalizado, los estudiantes suelen consumir sustancias como cigarrillos electrónicos (vapeadores), cannabis, alcohol y opioides. De hecho, la tasa de uso de sustancias entre menores de edad en Marin es casi el doble del promedio estatal ([Source](#)).

La próxima semana, nuestros estudiantes de séptimo grado aprenderán sobre los efectos nocivos de varias sustancias a través de una serie de talleres. Este taller utiliza un plan de estudios basado en evidencia apropiado para la edad desarrollado por el REACH Lab (Laboratorio REACH) de Stanford University (Universidad de Stanford). *We Lead Ours*, es una organización local con 15 años de experiencia en capacitación y participación juvenil, que facilitará el taller.

Los objetivos de este taller son que los estudiantes:

- Aumenten su conocimiento sobre diversas sustancias, incluidos los cigarrillos electrónicos, el cannabis, el alcohol y los opioides, así como los daños que pueden causar.
- Concientizar sobre las estrategias que emplean los fabricantes y vendedores de sustancias para aumentar el uso entre los adolescentes, como las estrategias de marketing engañosas y creativas.
- Adquieran habilidades para rechazar la experimentación y el uso de sustancias.
- Reducir y prevenir el consumo de sustancias de cualquier tipo.

Las estrategias de participación que se utilizarán incluyen: validar la decisión de un estudiante de no consumir, investigar las razones por las que los adolescentes pueden sentir curiosidad por consumir y motivar a los adolescentes que ya están experimentando a reducir, pausar y/o dejar de consumir como un paso hacia una sustancia viva. -gratis.

SJMS está comprometida a utilizar los enfoques más efectivos para prevenir el uso de sustancias en nuestras escuelas y comunidades, y sabemos que la prevención del uso de sustancias es más efectiva cuando se realiza en asociación con la comunidad, el hogar y la escuela.

¡Necesitamos su ayuda en este esfuerzo por mantener a nuestros jóvenes libres de sustancias! Las investigaciones muestran consistentemente que los adolescentes que aprenden sobre los riesgos de las drogas y el alcohol en casa, a través de sus padres o cuidadores, tienen menos probabilidades de consumir sustancias que los jóvenes que informan no haber aprendido nada sobre los riesgos en el hogar.

Sin embargo, transmitir el mensaje no es fácil... Por eso nos gustaría llamar su atención sobre el [sitio web "Hablemos"](#) (en Inglés: ["Let's Talk" website](#)) que contiene información que puede utilizar para ayudarle a iniciar esas conversaciones con su hijo.

Como siempre, no dude en comunicarse con nosotros si tiene alguna pregunta:

As always, feel free to reach out should you have any questions:

Aaron Gildengorin, Assistant Principal, agildengorin@nUSD.org

Megan Kovacevich, School Counselor, mkovacevich@nUSD.org

Atentamente,

Equipo de administración y consejería de San Jose Middle School