



Unified School District

**Cuerpo saludable. Aprendizaje saludable. Mente sana.**

## Serie Virtual de Bienestar para la Familia

Todos los talleres se realizarán vía Zoom a partir de las 6:00 p.m. hasta las 7:15 p.m.

Se enviará una página de confirmación con el enlace de Zoom un día antes del evento a todos los que se registren en Eventbrite.



### Apoiando el Bienestar de los Estudiantes

Todos los estudiantes tendrán una oportunidad equitativa de aprender en un ambiente culturalmente receptivo, físico y emocionalmente saludable y seguro.



### Participación de la Familia y la Comunidad

Todos los estudiantes benefician de los programas y servicios diseñados para informar e involucrar a la familia y los socios comunitarios.



#### 2 de septiembre, 2020 **Cómo Preparar a su Hijo/a para el Éxito Durante el Aprendizaje a Distancia**

Venga a aprender estrategias sobre cómo ayudar a su hijo/a a tener éxito durante el aprendizaje a distancia.

Regístrese aquí: <https://www.eventbrite.com/e/117346202651>

#### 9 de septiembre, 2020 **Cómo Preparar a su Hijo/a para el Éxito Durante el Aprendizaje a Distancia (sesión repetida)**

Venga a aprender estrategias sobre cómo ayudar a su hijo a tener éxito durante el aprendizaje a distancia.

Regístrese aquí: <https://www.eventbrite.com/e/117807133307>

#### 16 de septiembre, 2020 **Cómo Enfrentar la Ansiedad Durante un período de Angustia**

Este taller proporcionará estrategias simples sobre cómo ayudar a nuestros niños a lidiar con la ansiedad durante un momento de angustia

Regístrese aquí: <https://www.eventbrite.com/e/117469262727>

#### 30 de septiembre, 2020 **Autocuidado para Padres**

El cuidado personal es importante y no siempre es fácil de hacer como padre ocupado. Venga y aprenda a cuidarse a sí mismo, para que pueda cuidar mejor a sus hijos.

Regístrese aquí: <https://www.eventbrite.com/e/117469910665>

#### 7 de octubre, 2020 **Cómo Enfrentar la Ansiedad Durante un período de Angustia (sesión repetida)**

Este taller proporcionará estrategias simples sobre cómo ayudar a nuestros niños a lidiar con la ansiedad durante un momento de angustia.

Regístrese aquí: <https://www.eventbrite.com/e/117584605721>

#### 21 de octubre, 2020 **Autocuidado para Padres (sesión repetida)**

El cuidado personal es importante y no siempre es fácil de hacer como padre ocupado. Venga y aprenda a cuidarse a sí mismo, para que pueda cuidar mejor a sus hijos.

Regístrese aquí: <https://www.eventbrite.com/e/117586188455>

Si tiene alguna pregunta, comuníquese con la oficina de FACE al (916) 831-5530