

Departamento de Salud del Comportamiento del Distrito de Columbia Miércoles del bienestar y apoyo para padres

Junio 2022-

Comenzando el Verano con la Confianza de una Mente Clara

Día	Tema del taller	Hora	Serie semanal
1 de Jun	Pasos para mantener una perspectiva positiva cuando termine la escuela y comience el Verano	5:30 PM	Temas incluyen:
8 de Jun	Consejos para la Salud Mental durante el Verano	5:30 PM	Relaciones
15 de Jun	Ordenando su mente y su entorno para promover un sentido de bienestar	5:30 PM	Resiliencia
22 de Jun	Creando Comunidad: Encontrando su red de apoyo durante el verano	5:30 PM	Autocuidado
29 de Jun	Actividades veraniegas para estimular el bienestar de su familia	5:30 PM	Conocimiento
TODAS LAS SESIONES SE GRABAN Y SE COLOCARÁN EN EL SITIO WEB DE DBH EN LA BIBLIOTECA DE VÍDEO BAJO DEMANDA			Comunicación

**PARTICIPE USANDO
ESTE ENLACE:**

<https://bit.ly/2Ie8aoQ>

Contraseña:SPWW20

Instrucciones de Web Ex:

Utilice CHROME - DESCARGUE la APP de Cisco WebEx - DESACTIVE los bloqueadores de ventanas emergentes Enlace a DBH/Programa de apoyo a los padres:

<https://dbh.dc.gov/service/parent-support-program>

PULSE A LA DERECHA en el enlace para "ABRIR HIPERENLACE".

Si desea participar en el taller por teléfono, llame al: 1-650-479-3208 o al: 1-202-860-2100.

El código de acceso es: 1727619215

