

Stockton Unified School District

En colaboración con la
Oficina de Envolvimiento & Educación de Familias

Acompáñenos y tenga la
oportunidad de aprender más sobre
el bienestar emocional...

Talleres de bienestar mental ofrecidos en español

9 de noviembre

Ansiedad y afrontamiento, Manejo de las preocupaciones: Las de sus hijos y las
suyas durante el aprendizaje a distancia

7 de diciembre

¿Qué es la Ansiedad, la Depresión, el Trastorno de Estrés Postraumático

4 de enero

Mente Llena o Atención Plena

9:30 - 10:30 AM o 3 - 4 PM

(habrá dos sesiones cada día)

Presentado por

Pedro Heredia,

SUSD Mental Health Clinician
Terapeuta de salud mental

VÍA ZOOM

[https://us02web.zoom.us/j/5868812590?
pwd=Q0tjWWNaK1BxMVJyNk5UYXR1WGI2dz09](https://us02web.zoom.us/j/5868812590?pwd=Q0tjWWNaK1BxMVJyNk5UYXR1WGI2dz09)

Meeting ID: 586 881 2590 Password: Feeo2020

PARA MAS INFORMACION CONTACTENOS:
209-933-7470 | WWW.STOCKTONUSD.NET/FEEO



Stockton Unified School District

In Collaboration With
Family Engagement & Education Office

Join us and have the opportunity
to learn more about emotional
well-being...

Mental wellness workshops offered in Spanish

November 9

Anxiety and Coping, Managing Worries: Your Children's and Yours During
Distance Learning

December 7

What is Anxiety, Depression, Post-Traumatic Stress Disorder

January 4

Full Mind or Full Attention

9:30 - 10:30 AM or 3 - 4 PM

(there will be two sessions each day)

Presented by

Pedro Heredia,

SUSD Mental Health Clinician
Terapeuta de salud mental

VÍA ZOOM

[https://us02web.zoom.us/j/5868812590?
pwd=Q0tjWWNaK1BxMVJyNk5UYXR1WGI2dz09](https://us02web.zoom.us/j/5868812590?pwd=Q0tjWWNaK1BxMVJyNk5UYXR1WGI2dz09)

Meeting ID: 586 881 2590 Password: Feeo2020

FOR MORE INFORMATION, CONTACT US:
209-933-7470 | WWW.STOCKTONUSD.NET/FEEO

