

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

## Mayo 2021 - Bienestar Emocional

Día	Tema del taller	Hora	Serie semanal
5 de Mayo	Reiniciando la Mente y las Emociones	5:30 PM	Temas incluyen: Relaciones
12 de Mayo	Poniendo a Punto Todo Nuestro Cuerpo	5:30 PM	Resiliencia
19 de Mayo	Planificando para el Bienestar Emocional	5:30 PM	Autocuidado
26 de Mayo	Bienestar Emocional: Consejos de La Tortuga Tucker	5:30 PM	Conocimiento Comunicación
TODAS LAS SESIONES SE GRABAN Y SE COLOCARÁN EN EL SITIO WEB DE DBH EN LA BIBLIOTECA DE VÍDEO BAJO DEMANDA			

**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**

