

## **Talleres virtuales para padres: Apoyando la salud mental de sus hijos**

Nos damos cuenta de que el cierre de escuelas debido a la pandemia COVID-19 ha resultado en un aumento de la ansiedad y el estrés para las familias. No está solo, estamos aquí para brindarle asistencia. Nuestra asistente de salud mental de Western Youth Services, Sury García, invita a los padres de El Sol a talleres virtuales a través de Zoom para brindar apoyo y recursos para apoyar el bienestar y la salud mental de sus hijos. Habrá 3 diferentes talleres virtuales para el mes de mayo, en español e inglés con una opción de mañana o tarde. Las fechas, horarios y enlaces se proporcionan a continuación.

### **1. “Hablando con su hijo sobre COVID-19”**

- a. *7 de mayo*

### **2. “Ansiedad Debido al Cierre de Escuelas”**

- a. *Inglés: 14 de mayo 10 AM*

- i. <https://zoom.us/j/97797705546?pwd=TWxrSINBWkZ0VERZeVY3ci9TZEx4dz09>

- ii. *ID de la reunión: 977 9770 5546*

- iii. *Contraseña: 959847*

- b. *Español: 14 de mayo 10:30 AM*

- i. <https://zoom.us/j/97315575752?pwd=aG9MaFVhRUFickxsTGFDQUtCQnRLUT09>

- ii. *ID de la reunión: 973 1557 5752*

- iii. *Contraseña: 235947*

- c. *Inglés: 14 de mayo 5 PM*

- i. <https://zoom.us/j/94871454409?pwd=bTdUbjNEUmdMMG81T3ltRWVCK0wrdz09>

- ii. *ID de la reunión: 948 7145 4409*

- iii. *Contraseña: 823120*

- d. *Español: 14 de mayo 5:30 PM*

- i. <https://zoom.us/j/96213287062?pwd=dDISQlpkeHVNYU9xVUsyTG80UHdhUT09>

- ii. *ID de la reunión: 962 1328 7062*

- iii. *Contraseña: 102897*

### **3. “Cómo sobrellevar el estrés relacionado con COVID-19”**

- a. *Inglés: 21 de mayo 10 AM y 5 PM*

- b. *Español: 21 de mayo 10:30 AM y 5:30 PM Más*