



# PARENT WORKSHOP



## Topic: We all Have Mental Health

- What is Mental Health
- What gets in the way of good Mental Health
- Learn about the important daily routines to protect your child's mental health
- What are Coping Skills
- Learn about emotional Self-monitoring Tools

**MONDAY MAY 11TH**  
**8:45AM**



Coffee with the Principal will start **before** workshop @ 8:30Am

Vena PARENT Center

Facilitated By: Jessica Ponce





# TALLER PARA PADRES



## Tema: Todos tenemos Salud Mental

- ¿Qué es la salud mental?
- ¿Qué obstaculiza una buena salud mental?
- Infórmese sobre las rutinas diarias importantes para proteger la salud mental de su hijo.
- ¿Qué son las habilidades de afrontamiento?
- Aprende sobre herramientas de automonitoreo emocional

**LUNES 11 DE MAYO**  
**8:45 AM**



Café con la Directora comenzará  
antes del taller, a las 8:30 a. m.

Centro para padres Vena

Facilitado por: Jessica Ponce

