



Fotografía: (2022) Ponche Navideño Mexicano (IfitBlog)

PARENT CAFÉ

**Aparta las fechas
Lunes, Noviembre 28,
Diciembre 5, 12 y 19, del 2022**

Alameda County Behavioral Health en colaboración con El Centro de Educación y Recursos para La Familia (FERC) te invitan a participar en un Café Virtual designado para padres/cuidadores: *"Identificando Mis Emociones y Fortalezas"*.

Horario es de 10am a 12pm (aprox.)

¡Regístrate en el enlace aquí abajo!

[PC Identificando Mis](#)

[Sentimientos y Mis Fortalezas Zoom Enlace](#)

Meeting ID: 827 6066 5022

Passcode: 855187

Para más información: 510-228-7355

msolorio@mhaac.org

**Este es un espacio donde
puedes escuchar y ser
escuchado.**

**Aprende sobre los 5
Factores de Protección que
fortalecen a la familia.**

**Mis Emociones y Mis
Fortalezas:**
*Ansiedad y Esperanza
*Culpa y Reconciliación
*Enojo y Serenidad
*Miedo y Motivación

**Llega preparad@ para
recibir y compartir recursos
de experiencia propia.**

**¡Por cada Café, participantes
recibirán una tarjeta de \$5 de
Starbucks!**

**Acompáñanos los
Lunes:
Noviembre 28, Diciembre 5,
12 y 19
Horario de
10am-12pm (aprox.)**

