

# SERIE DE SALUD MENTAL

EDUCAR. INFORMAR. CAPACITAR.

## HORAS DE INICIO

5:00pm y 7:00pm MT

Explore las sesiones virtuales de este mes que cubren los temas de crianza más importantes de la actualidad. ¡Participe en todas las sesiones que desee!

**Lunes 2 de Febrero:**  
Efectos del Tiempo Frente  
a la Pantalla y  
la Salud Mental de su Hijo

**Miércoles 4 de Febrero:**  
Regulación emocional:  
Reconocer qué está sintiendo

**Martes 10 de Febrero:**  
Qué deben saber los padres sobre  
la prevención del suicidio

**Miércoles 18 de Febrero:**  
Ayudar a sus hijos a tener éxito

**Jueves 26 de Febrero:**  
Redes sociales:  
Proteger a su hijo



**DESCUBRA LAS SERIES DE SALUD  
MENTAL. ESCANEE O VISITE**  
[parentguidance.org/es/mhs-catalog/](http://parentguidance.org/es/mhs-catalog/)

Para asistencia, envíe un correo  
electrónico a: [info@cookcenter.org](mailto:info@cookcenter.org)