



# SERIE DE SALUD MENTAL

EDUCAR. INFORMAR. CAPACITAR.

## HORAS DE INICIO

6:00pm y 8:00pm CT

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/](https://parentguidance.org/es/mhs-catalog/)

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