



la Dra. Martha Angel



la Sra. Luz Luna

**Consejos de Bienestar y Habilidades de Afrontamiento
Positivas Para Ayudar a su Estudiante a Prosperar**
jueves, el 20 de octubre, de 7:00 PM a 8:30 PM
Programa virtual presentado en español

Escanee el código QR para acceder a las reuniones virtuales de Zoom.



El programa B-PAC (Comité Asesor de Padres Bilingües) y GPS (Series para padres de Glenbard en Español) estarán presentando el programa virtual “Consejos de Bienestar y Habilidades de Afrontamiento Positivas Para Ayudar a su Estudiante a Prosperar”

Este evento se presentará virtualmente. Usted puede encontrar información e ingresar en glenbardgps.org. Así mismo, el enlace para iniciar sesión a este seminario virtual desde su computadora, tableta o teléfono es <https://glenbard.zoom.us/j/86862959148>

El modo en que los adolescentes afrontan el estrés puede tener importantes efectos a corto y largo plazo en su salud física y emocional. La Dra. Martha Angel compartirá habilidades de tolerancia para ayudar a los jóvenes a equilibrar sus emociones y crear un ambiente positivo.

La Dra. Angel es una psicoterapeuta especializada en el tratamiento de pacientes con experiencias adversas en la infancia, dificultad para regular la ansiedad o síntomas de atención/hiperactividad.

Además, la Sra. Luz Luna, Coordinadora del programa B-PAC, se unirá al panel para cubrir las herramientas digitales, las habilidades y los recursos que las familias pueden utilizar para colaborar en la educación de sus hijos.

Para más información comuníquese con la Sra. Susanna Melon, Coordinadora General del programa B-PAC (630) 942-7688 Susanna_melon@glenbard.org. Con la Sra Luz Luna, Coordinadora del programa B-PAC (630) 653-7000 Luz_luna@glenbard.org. O con la Sra. Gilda Ross, Coordinadora de Proyectos Estudiantiles (630) 942-7668 Gilda_ross@glenbard.org.