

# Mental Health WORKSHOP SERIES



Register for our Workshop Series hosted by Madera County Behavioral Health Services. Learn more about dealing with **anxiety, stress, depression**, how to **support your child at home** and access mental health resources.



Location:  
**PERSHING ELEMENTARY SCHOOL**  
1505 Ellis St

To Register, [CLICK HERE](#) or call the MUSD Call Center at (559) 416-5879.

## Schedule

Thursdays  
5:30 - 7:00 PM

### SEPTEMBER 8

- ✓ Stress:
  - Signs and Causes
  - Coping Techniques

### SEPTEMBER 15

- ✓ New Parenting Tools:
  - Child's Brain Development
  - Communicating with Adolescents
  - Social Media

### SEPTEMBER 22

- ✓ Mental Health:
  - Common Illnesses
  - Signs & Symptoms
  - How to Help

### SEPTEMBER 29

- ✓ Risk Factors:
  - Trauma
  - Alcohol & Drugs
  - Suicide
  - How to talk to & help my adolescent
  - Resources

• A light dinner & Childcare will be provided



# SERIE DE TALLERES DE LA Salud Mental



Regístrese a nuestra serie de talleres presentada por el Departamento de Salud Conductual del Condado de Madera, para obtener más información sobre cómo lidiar con la **ansiedad, el estrés, la depresión, cómo apoyar a su hijo en el hogar** y cómo acceder recursos de salud mental.



Localidad:  
**ESCUELA PRIMARIA PERSHING**  
1505 Ellis St

Para Registrarse haga, **CLIC AQUÍ** o hable al Centro de Llamadas de MUSD al (559) 416-5879.

## Calendario

Jueves

5:30 - 7:00 PM

### 8 DE SEPTIEMBRE

- ✓ El Estrés:
- Señales y Causas
  - Técnicas que Ayudan

### 15 DE SEPTIEMBRE

- ✓ Nuevas Herramientas para Los Padres:
- El desarrollo del Cerebro de Infancia a Adolescencia
  - Comunicando con mi Adolescente eficazmente
  - El Internet y la Red Social

### 22 DE SEPTIEMBRE

- ✓ Salud de la Mente:
- Enfermedades Comunes
  - Señales y síntomas
  - Como Ayudar

### 29 DE SEPTIEMBRE

- ✓ Factores de Riesgo:
- El Trauma
  - El Alcohol y las Drogas
  - Pensamientos de Suicidio
  - Como Hablar y Ayudar a mi Adolescente
  - Recursos Comunitarios

\* Se proporcionará cena ligera y cuidado de niños.

