

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:

MATILDA TORRES HIGH SCHOOL

16645 Road 26



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

Schedule

Wednesdays
5:30 - 7:00 PM

MARCH 22

- ✓ Stress:
 - Signs and Causes
 - Coping Techniques

MARCH 29

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

APRIL 12

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

APRIL 19

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

- Snacks & 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 SECUNDARIA MATILDA TORRES

16645 Road 26

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

Calendario

Miercoles
5:30 - 7:00 PM

22 DE MARZO

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

29 DE MARZO

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

12 DE ABRIL

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

19 DE ABRIL

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

* Se proporcionará aperitivos y cuidado de niños.

