

¿Estrés en el hogar?

Aprenda algunas formas positivas y útiles para usted y sus hijos que puedan lidiar con el estrés

El estrés es tóxico, y el impacto que afecta en nuestra vida hogareña puede ser intenso. La Dra. Sarah Enos Watamura, una psicóloga enfocada en las causas físicas del comportamiento humano, explica las sorprendentes fuentes de estrés en las familias con niños pequeños.

En esta ocasión, La Dra. Watamura hablará acerca del estrés familiar, así como el porqué y cómo puede afectar la salud y el bienestar de la familia. Sobretodo, lo más importante, compartirá algunos puntos útiles para aprender cómo los padres y cuidadores pueden usar formas positivas para crear un ambiente hogareño más tranquilo y consejos prácticos para controlar el estrés.



Stress Early Experience & Development Research Center



Sobre la presentadora invitada

Como psicobióloga del desarrollo, la Dra. Sarah Enos Watamura y su equipo de investigación de la Universidad de Denver estudian cómo los niños pequeños manejan el estrés y las consecuencias que éste repercute en su salud y desarrollo. Su trabajo actualmente se enfoca en familias

inmigrantes, a quienes se les brinda una intervención eficaz para disminuir los efectos del estrés tóxico en los niños pequeños.

Se proveerá interpretación al español

Presentación patrocinada por:



Samaritan
Health Services
Mullins Charitable Funds



Lunes 22 de mayo
De 6:30 a 8 p.m.

Lugar: LBCC Albany Campus –
Forum Auditorium
6500 Pacific Blvd. SW
Albany

¡Supervisión infantil gratis!

Reserve un cupo para su hijo(a) en nuestro espacio de guardería presencial llamando al 541-917-4899 o visite nuestro sitio web antes de las 5 de la tarde. Toda persona que se registra después de esa fecha se aceptará sólo si hay cupo disponible.

Rogamos que llegue temprano para dejar a sus hijos en el Calapooia Center del LBCC.