
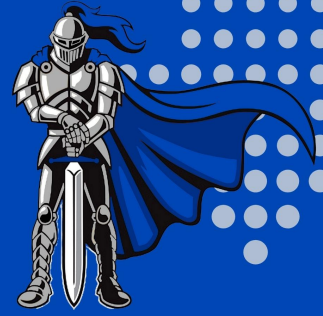




**Nava College  
Preparatory Academy**



# **Focus Parent Workshop with Ms. Mejia**

**Learning Today,  
Leading Tomorrow.**

## **Dates**

**October 18th**

**October 27th**

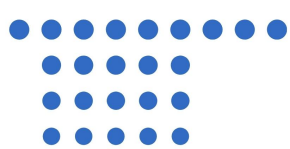
**November 17th**

## **Time**

**9 a.m. to 11 a.m.**

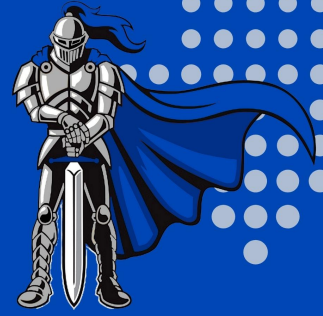
## **FOCUS Curriculum**

- understanding yours & your child's emotions
- enhancing communication skills
  - strategies for talking to your child
- problem solving techniques
- strengthening the family
- stress management
- emotional regulation to keep your cool when stressed





Nava College  
Preparatory Academy



# Taller Para Padres de Focus con la Srta. Mejia

Aprendiendo Hoy,  
Liderando Mañana.

## Fechas

18 de octubre

27 de octubre

17 de noviembre

## Hora

9 a.m. a 11 a.m.

## Currículo de FOCUS

- comprender sus emociones y las de su hijo/a
- mejorar las habilidades de comunicación
  - estrategias para hablar con su hijo/a
- técnicas para resolver problemas
- fortaleciendo la familia
- manejo del estrés
- regulación emocional para mantener la calma cuando está estresado/a