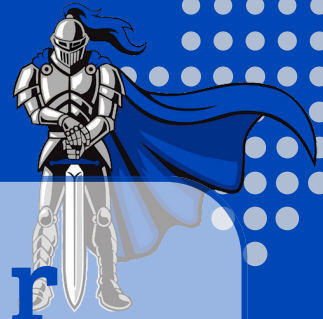




Nava College
Preparatory Academy



FOCUS Workshop for Parents and Families with Ms. Mejia

Final Session

Friday, December 15

Time

9 a.m. to 11 a.m.



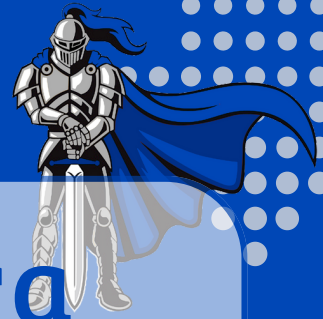
Learning Today,
Leading Tomorrow.

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 de FOCUS para Padres y Familias con la Srta. Mejia

Última Sesión
viernes,
15 de diciembre

Hora
9 a.m. a 11 a.m.



Aprendiendo Hoy,
Liderando Mañana.

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