



Santa Maria Joint Union
HIGH SCHOOL DISTRICT



UNITED WE LEAD
Foundation

MENTAL HEALTH ACADEMY FOR PARENTS



Join the **Mental Health Academy** where you will put into practice the skills needed to better support your children's emotional needs. Through hands-on activities such as **journaling, collage activity, painting a container, and mask painting**, we will help you reflect on your emotions and learn more healthy ways to express and manage them.

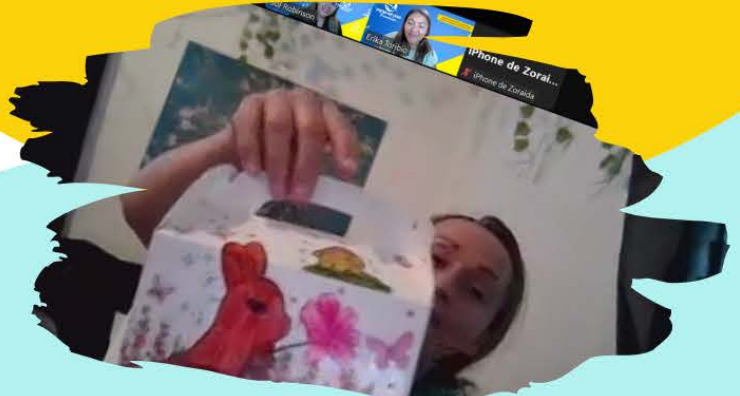
Each participant will receive a coping skills toolkit with 5 activities



Two virtual sessions via Zoom:

**Session 1: Saturday, July 12th
10am - 1:00pm**

**Session 2: Saturday, July 26th
10:00am - 1:00pm**



Limited space for 50 parents!*
Registration is required



For more information please contact: **Francisco Mendoza (408) 726-6960**
franciscomendoza@uwlf.org



Santa Maria Joint Union
HIGH SCHOOL DISTRICT



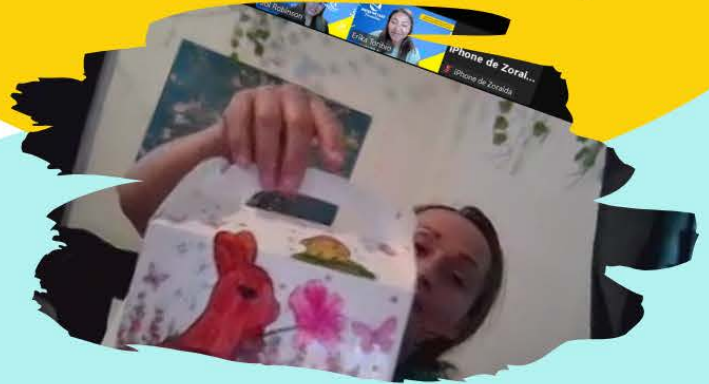
UNITED WE LEAD
Foundation

ACADEMIA DE SALUD MENTAL PARA PADRES DE FAMILIA



Cada participante recibirá un kit de herramientas de habilidades de afrontamiento con 5 actividades

Únase a la **Academia de Salud Mental** donde pondrá en práctica las habilidades necesarias para apoyar mejor las necesidades emocionales de sus hijos. A través de actividades prácticas como **escribir un diario, actividad de collage, pintar un recipiente y pintar máscaras**, le ayudaremos a reflexionar sobre sus emociones y aprender formas más saludables de expresarlas y manejarlas.



**Dos sesiones
virtuales por Zoom:**

**Sesión 1: Sábado 12 de Julio
10am - 1:00pm**

**Sesión 2: Sábado 26 de Julio
10:00am - 1:00pm**

**Cupo limitado para 50 padres!
Registro requerido:**



Para mas detalles contacte a: **Francisco Mendoza (408) 726-6960**
franciscomendoza@uwlf.org