

MANEJANDO SUS EMOCIONES, LA IRA Y MAS

Un grupo diseñado para ayudarle a obtener los conocimientos y habilidades para manejar sus emociones.



¿Sí, a veces se siente fuera de control y sus emociones están aceleradas y vas por un camino que no te gustaría viajar?

¿Si te gustaría sentir que estás en control de sus sentimientos y reacciones, independientemente de sus circunstancias?

¿Si su respuesta es sí, inscribiese en el grupo Manejando sus Emociones, la Ira y Mas!



FECHA

19 de Octubre

12 SEMANAS

TIEMPO

5:30 p.m. to 7 p.m.

DONDE

427 A Street , #400

Lincoln, CA 95648

MÁS INFORMACIÓN

Para más información o inscribirse, por favor póngase en contacto con Vera Marez, Facilitador, Licenciado Terapeuta Matrimonial y Familiar #51317, (916) 408-6943. Por favor, pregunte sobre el reembolso de cuidado de niños.



La financiación ha sido proporcionada, en parte, por First 5 y Kaiser Permanente.

