



# FORJANDO FAMILIAS FUERTES

## Fremont Union High School District Talleres de Project Cornerstone

### Creando Relaciones Afectuosas

26 de septiembre 2024

¿Cómo expresamos afecto y apoyamos a nuestros hijos de manera que sea significativa para ellos? Utilizando el marco de las Relaciones de Desarrollo basado en investigaciones, aprende a conectar y crear confianza para fortalecer/ampliar las relaciones en nuestra familia, escuela y comunidad.

### Cómo Hablar con Nuestros Hijos Sobre la Actualidad

17 de octubre de 2024

Consejos para navegar por temas periodísticos potencialmente delicados. Aprenda sobre los traumas asociados a la actualidad, a proteger la salud mental de nuestros alumnos, a mejorar las relaciones familiares y a adquirir habilidades para reconocer las fuentes legítimas de noticias.

### Conoce el Cerebro de tu Adolescente

6 de marzo de 2025

¿Qué ocurre durante esta etapa del desarrollo? ¿Cómo afectan a su hijo las drogas, la tecnología y el sueño? Consejos sobre cómo apoyar e interactuar con preadolescentes y estudiantes de secundaria.

### Manejo del Estrés y Fomento de la Resiliencia

20 de marzo de 2025

¿Qué es el estrés? ¿Cómo lo gestionamos para nosotros y nuestros hijos? Consejos para el cuidado personal y la comunicación con nuestros hijos sobre el estrés.

#### Dirigido a:

Padres, tutores y adultos que se preocupan por los estudiantes de la preparatoria

**Hora:** 6:30pm – 8:00pm

**Ubicación:** Zoom

**Regístrate aquí:**

[tinyurl.com/FUHSD-PC](https://tinyurl.com/FUHSD-PC)

**Costo:** Gratis

**Serie de talleres patrocinada por:**

Fremont Union High School District & Project Cornerstone

**Contacto:**

[workshops@projectcornerstone.org](mailto:workshops@projectcornerstone.org)