

Mentes Sanas, Familias Sanas

JUEVES, 11 DE DICIEMBRE DE 2025

6-7:30 PM

Escuela Primaria Star Lake (o por Zoom)

(26812 40th Ave S, Edificio B, Kent, WA 98032)

¿Cómo puedo
ayudar a mi hijo...?

¿Mantener
la actividad
física?

¿Tomar buenas
decisiones
alimentarias?

¿Cómo lidiar
con el estrés y
la ansiedad?



La salud y el bienestar son fundamentales para el éxito académico de un niño. Únase a nosotros en la segunda entrega de la Academia Familiar para descubrir cómo apoyar el bienestar integral de su hijo.

¡VENTAJAS DEL EVENTO!

- 👤 **Guardería gratuita para niños de 5 años en adelante y Laboratorio de Aprendizaje para niños mayores**
- 🍽️ **Cena caliente gratis**
- 💬 **Intérpretes disponibles**

ELIGE DOS TALLERES:

SESIÓN 1 (6:15-6:50 pm)

Voces de la comunidad, decisiones cívicas: Adopción del currículo de educación cívica •

Desarrollando mentes matemáticas: Fomentando la confianza a través de los lazos familiares •

Hábitos saludables: Momentos sin dispositivos electrónicos •

Cada día importa, cada futuro cuenta: Colaborando con las familias para el éxito estudiantil

Empoderar y elevar: Apoyo a la salud mental de estudiantes con discapacidades

Los fundamentos para criar niños resilientes: Tu guía sencilla para el bienestar emocional, social y digital

SESIÓN 2 (6:55-7:30 pm)

Desarrollando mentes matemáticas: Fomentando la confianza a través de los lazos familiares •

Hábitos saludables: Los efectos del tiempo frente a las pantallas en la salud •

La vida en el otro lado: Rompiendo ciclos
Al convertirte en el padre o la madre que necesitabas

De corazón a corazón: Fomentando la salud mental de nuestros estudiantes

Ventana al bienestar: Cultivar alimentos frescos en casa para familias más saludables

- (Ideal para familias con niños pequeños)
- (Ideal para familias con hijos en secundaria y preparatoria)

🌟 **Taller adicional de evento completo:** ¡Apoyo para la solicitud de ayuda financiera y la admisión universitaria para estudiantes de último año!



REGISTRO

www.fwps.org/familyacademy/register

