

# 건강한 마음, 건강한 가족

2025년 12월 11일 목요일  
오후 6시~7시 30분  
스타 레이크 초등학교(또는 줌)  
(26812 40th Ave S, Bldg B, Kent, WA 98032)

내 아이를 어떻게  
도울 수 있을까요?

신체 활동을  
유지하세요?

좋은 음식을  
선택하세요?

스트레스와  
불안을 다루  
시나요?



건강과 웰빙은 자녀의 학업적 성공에 매우 중요합니다. 두 번째 패밀리 아카데미에 참여하여 자녀의 전반적인 웰빙을 지원하는 방법을 알아보세요.

## 이벤트 특전!

- 😊 5세 이상 무료 보육 및 5세 이상 어린이를 위한 Learning Lab
- 🍽️ 무료 따뜻한 저녁 식사
- 💬 통역사 가능

## 두 가지 워크숍을 선택하세요:

### 세션 1 (오후 6시 15분~6시 50분)

지역사회의 목소리, 시민의 선택: 시민 교육 과정 채택 •

수학 사고력 향상: 가족 관계를 통해 자신감 키우기 •

건강한 습관: 기기 없는 순간 •

매일이 중요하고, 모든 미래가 중요합니다: 학생의 성공을 위한 가족과의 협력

Empower & Elevate: 장애가 있는 학자를 위한 정신 건강 지원

회복력 있는 아이 키우기의 A-B-C: 감정적, 사회적, 디지털 웰빙을 위한 간단한 가이드

### 세션 2 (오후 6시 55분~7시 30분)

수학 사고력 향상: 가족 관계를 통해 자신감 키우기 •

건강한 습관: 화면 시간의 건강 영향 •

저편의 삶: 순환을 깨다  
당신에게 필요한 부모가 되어서

Heart to Heart: 학생들의 정신 건강 증진

웰빙으로 가는 창: 더 건강한 가족을 위해 집에서 신선한 음식을 재배하세요

- (초등학교 가족에게 가장 적합)
- (중·고등학생 가족에게 가장 적합)

★보너스 전체 이벤트 워크숍: 노인을 위한 재정 지원 및 대학 지원 지원!



등록하다

[www.fwps.org/familyacademy/register](http://www.fwps.org/familyacademy/register)

