PANAMA-BUENA VISTA UNION SCHOOL DISTRICT

PARENT & COMMUNITY POWER HOUR

Parent and Community Power Hour sessions connect families with practical information, strategies, and to support their children and strengthen partnerships between home, school, and community. Sessions are offered in collaboration with district departments and community partners. A Certificate of Completion will be awarded at the end of the school year to participants who complete at least four of the six sessions offered throughout the year.

Tuesday, December 8, 2026

Time: 10:30 - 11:30 am
Location: District Office Board Room, 4250 Ashe Road Bakersfield, CA 93313
Zoom link: Click here **Meeting ID:** 862 1339 7975 **Passcode:** PowerHour

This session will be available in English and Spanish, with the option to attend in person or via Zoom using the link above.

Presented by the P-BVUSD Student Support Services Department

Topic: Big Feelings, Everyday Tools: Supporting Your Child's Emotional Well-Being

Navigating your child's big emotions? Join us for a focused, one-hour workshop filled with clear, easy-to-implement strategies for supporting your child's mental health. Learn calming techniques, exchange ideas with other parents and caregivers, and walk away with practical strategies to use with kids of any age.

SPACE IS LIMITED
REGISTER NOW

Participants will receive a confirmation or waitlist email based on the number of submissions received

Participants who attend this session in person or online will have an opportunity to win tickets to this year's Holiday Lights at CALM.

If you have any questions please contact, Community and Family Engagement at clopez4@pbvusd.k12.ca.us or (661) 831-8331 Ext. 6611.

DISTRITO ESCOLAR UNIFICADO PANAMÁ-BUENA VISTA

HORA DE EMPODERAMIENTO PARA PADRES Y COMUNIDAD

Las sesiones de Hora de Empoderamiento para padres y comunidad conectan a las familias con información práctica, estrategias, apoyo para sus niños y refuerzan las colaboraciones entre el hogar, la escuela, y la comunidad. Las sesiones se ofrecen en colaboración con los departamentos del distrito y socios comunitarios. Se otorgará un certificado de finalización al final del año escolar a los participantes que completen por lo menos cuatro de las seis sesiones ofrecidas durante el año.

Martes, 8 de noviembre de 2026

Hora: 10:30 - 11:30 am
Lugar: Sala de Reuniones de la Oficina del Distrito, 4250 Ashe Road Bakersfield, CA 93313
Enlace de Zoom: Oprima aquí **ID de la Reunión:** 862 1339 7975 **Contraseña:** PowerHour

Esta sesión estará disponible en inglés y español, con la opción de asistir en persona o por medio de Zoom utilizando el enlace mencionado anteriormente.

Presentado por el Departamento de Servicios de Apoyo Estudiantil

Tema: **Grandes emociones, herramientas cotidianas: Cómo apoyar el bienestar emocional de tu hijo**

¿Te cuesta manejar las emociones intensas de tu hijo/a? Acompáñanos en un taller intensivo de una hora, repleto de estrategias claras y fáciles de implementar para apoyar la salud mental de tu hijo/a. Aprende técnicas de relajación, comparte ideas con otros padres y cuidadores, y llévate estrategias prácticas para usar con niños de cualquier edad.

EL ESPACIO ES LIMITADO REGÍSTRESE AHORA

Los participantes recibirán un correo electrónico de confirmación o lista de espera dependiendo del número de solicitudes recibidas

Los participantes que asistan a esta sesión, ya sea en persona o en línea, tendrán la oportunidad de ganar entradas para el espectáculo de luces navideñas de CALM de este año.

Si usted tiene cualquier pregunta, por favor póngase en contacto con Participación Comunitaria y Familiar en jherrera4@pbvusd.k12.ca.us o llamando al (661) 831-8331 Ext. 6611.