Cedars Sinai

Share & Care

Taller para Padres

Reducir el estrés a través del autocuidado

Share & Care invita a los padres/cuidadores a unirse a nosotros mientras discutimos formas de reducir el estrés a través del autocuidado.

Suzanne Silverstein, MA, ATR

Ruth Xilomen Rios, LMFT, ATR-BC

Taller bilingüe inglés y español

Fecha: Miércoles, 11 de Enero de 2023

Hora: 9:00am - 10:00am

Ubicación: Zoom

Meeting ID: 973 6700 0616

Password: 689172

Haga clic aquí

Únase a nosotros mientras discutimos juntos:

- Importancia del autocuidado
- Consejos para el bienestar

¡Este evento es GRATIS!

¿Preguntas? **Mande Correo electrónico a Sara Brown at sara.brown@cshs.org**

© 2021 Cedars-Sinai 24157A (0821)