SAN YSIDRO HEALTH
Mobile Health Services

CLASES Y TALLERES

Le invitamos a participar en esta clase!

CONTROL DE ENOJO

Inicio: 17 de marzo - 26 de mayo, 2021 (Diez clases)

Hora: 5:00 PM to 6:00 PM

Lugar: En línea (miércoles)

Dirección: Clase virtual (GoToMeeting)

Nuestra clase virtual ofrece herramientas especificas para aprender a controlar y manejar la ira. El aprendizaje de estas habilidades se podrá aplicar a la vida diaria, el lugar de trabajo y en relaciones con los miembros de familia.
Este curso es reconocido por la corte y San Ysidro Health otorga un certificado de participación una vez se hayan completado las 10 semanas.

Nuestros talleres y cursos están diseñados para guiar a los padres hacia el crecimiento personal y proveer herramientas para el bienestar familiar.

Para más información sobre estas *clases gratuitas*, llamar al:
MOBILE HEALTH SERVICES at (619) 662-4199

SAN YSIDRO HEALTH
Mobile Health Services

COURSES AND WORKSHOPS

We invite you to join this class!

Anger Management

Start Date: March 17th to May 26th, 2021 (10 Weeks)

Time: 5:00 PM to 6:00 PM

Location: Online (Wednesday)

Address: Virtual platform (GoToMeeting)

Our virtual class offers specific tools to learn how to control and manage anger. Learning these skills will then be able to be applied to daily life, the workplace, and with family members.
This course is recognized by the court and San Ysidro Health will provide a certificate of completion once the participant has completed the 10 weeks.

Our workshops and courses are designed to guide parents towards personal growth and give tools for the family well-being.

For more information on these *free classes*, call:
MOBILE HEALTH SERVICES at (619) 662-4199