

SEBASTOPOL UNION SCHOOL DISTRICT
&
SCOE BEHAVIORAL HEALTH
PROMOTING WELLNESS AT HOME
Wednesday, December 2, 6-7pm*

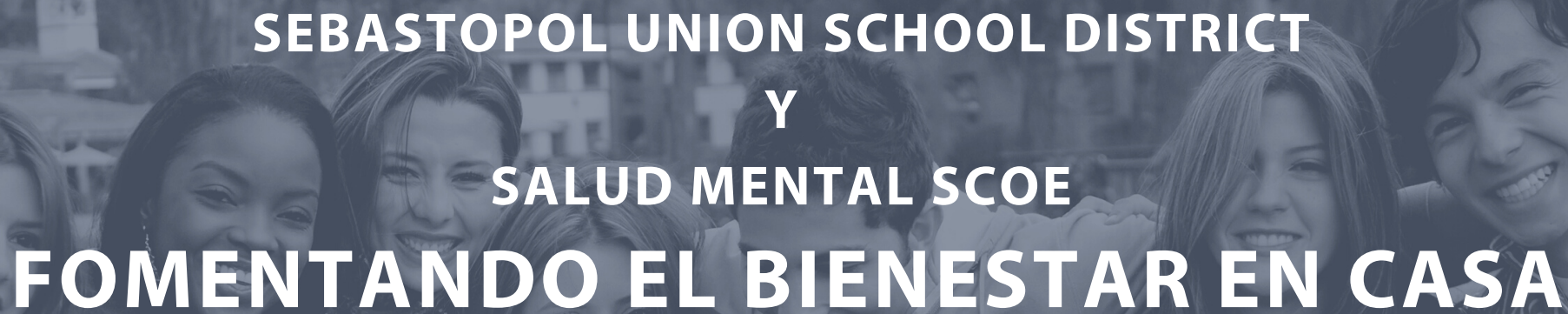
Please join us in connecting and sharing resources to support each other and our families during challenging times. Here are some topics we will cover:

- Mental wellness and stress management for you and your family
- Impact of fire and disaster-related trauma on children
- Common behaviors and responses you may notice
- Tips/Strategies for helping your child

***[Click here](#) to join! Password: 615303**

We look forward to sharing resources and providing a platform where we can learn from each other to help our community heal and grow.

CONTACT FOR ADDITIONAL INFORMATION:
Laura Sherwood Higgins, Isherwood@scoe.org
(707) 285-7060



SEBASTOPOL UNION SCHOOL DISTRICT Y SALUD MENTAL SCOE FOMENTANDO EL BIENESTAR EN CASA

miércoles 2 de diciembre 6-7pm*

En estos tiempos difíciles les pedimos por favor acompañarnos a compartir y conectar recursos entre sí y nuestras familias. Debajo están los temas que cubriremos:

- Salud mental y manejo del estrés para usted y su familia
- El impacto de los incendios y trauma relacionada a desastres en los niños
- Comportamientos y reacciones que tal vez usted a notado
- Consejos/estrategias para ayudar a sus hijos

***Haga clic [aquí](#) para unirse. Contraseña: 615303**

Esperamos compartir recursos y proporcionar una plataforma donde podamos aprender mutuamente y ayudar a nuestra comunidad a sanar y crecer.

PARA MÁS INFORMACIÓN CONTACTE A:
Laura Sherwood Higgins, Isherwood@scoe.org
(707) 285-7060