

# Triple P

El programa  
padres  
positivos

UN PROGRAMA DE



triplep.first5scc.org



## BALANCEANDO EL TRABAJO Y LA FAMILIA

PARA FAMILIAS CON NIÑOS DE TODAS LAS EDADES

cada sábado, del 9 al 30 de noviembre, 2024  
11:00 am – 12:30 pm

Asista a este grupo virtual GRATUITO de crianza de 4 semanas para aprender:

- Desafíos comunes al equilibrar las responsabilidades familiares y laborales
- Herramientas para prevenir que el estrés laboral afecte su vida familiar
- Consejos para establecer límites saludables entre la vida laboral y la vida familiar

Presentado EN ESPAÑOL por Zoom por Mayra Martinez, Puentes de la Comunidad – La Mazana Recursos Comunitarios

Inscríbese para conseguir la información para participar en este grupo por Zoom: <https://bit.ly/Balance-Nov2024>

Escanee para inscribirse



Las inscripciones se cerrarán después de la primera clase. Los participantes que asistan a todas las clases recibirán un Certificado de Finalización.

**¿Tiene preguntas?** Comuníquese con Mayra Martinez al (831) 288-2856 o [mayram@cbridges.org](mailto:mayram@cbridges.org)

**¿No conoce Zoom?** Visite el Centro de Ayuda de Zoom en <https://support.zoom.us/hc/es>



**Para conocer más sobre Triple P:**

Teléfono: (831) 465 -2217

Correo electrónico: [triplep@first5scc.org](mailto:triplep@first5scc.org)

Sitio web: <http://triplep.first5scc.org>

# Triple P

Positive  
Parenting  
Program

A PROGRAM OF



[triplep.first5scc.org](http://triplep.first5scc.org)



## BALANCING WORK AND FAMILY

FOR FAMILIES WITH CHILDREN OF ALL AGES

**Saturdays, November 9 – 30, 2024**

**11:00 am – 12:30 pm**

Attend this FREE 4-week virtual parenting group to learn:

- Common challenges with balancing work and family responsibilities
- Tools to help prevent work-related stress from affecting your home life
- Tips for setting healthy boundaries between work life and home life

Presented IN SPANISH on Zoom by Mayra Martinez,  
Community Bridges – La Manzana Community Resources

Register to get the link to participate in this brief group on  
Zoom: <https://bit.ly/Balance-Nov2024>

Scan to register



Registration will close after the first class is held. Participants who attend all classes will receive a Certificate of Completion.

### Got questions?

Contact Mayra Martinez at  
(831) 288-2856 or  
[mayram@cbridges.org](mailto:mayram@cbridges.org)

### New to Zoom?

Visit Zoom's Help Center at  
<https://support.zoom.us/hc/en>



To learn more about Triple P:

Phone: (831) 465-2217

Email address: [triplep@first5scc.org](mailto:triplep@first5scc.org)

Website: <http://triplep.first5scc.org>