



FRANK D. LANTERMAN  
REGIONAL CENTER

Serie de  
educación  
para padres



CHILD DEVELOPMENT  
INSTITUTE  
www.cdikids.org

## Como Manejar el Estrés y el Cuidado Personal

Septiembre 14, 2021 – 3:30pm-5:30pm

Aprender sobre el impacto del estrés y  
explorar técnicas útiles para calmar su  
cuerpo y mente

**[Presione aquí para regístrese  
al enlace de esta reunión virtual](#)**

Después de registrarse, recibirá un correo electrónico  
de confirmación para unirse a la reunión.

\* Si tiene preguntas, comuníquese con  
Paola Coronado al (213) 252-8348 o [pcoronado@lanterman.org](mailto:pcoronado@lanterman.org)

*Programa hecho posible gracias a la contribución de Fred y June MacMurray Foundation.*