



Strengthening Families

A free Zoom class for caregivers and children 10-14

When: Every Tuesday, 6:30-8:30pm, April 11th - May 23rd

Caregivers will learn strategies to effectively parent young teens, including:

- How to help them reach their goals.
- How to better understand and communicate with their children.
- How to protect against substance abuse and risky behaviors.
- How to discipline and guide youth effectively.

Youth will learn the skills they need to be independent, including:

- How to visualize their goals and dreams for the future.
- How to identify stressful situations and learn healthy coping strategies.
- How to resist peer pressure and take pride in their responsibilities to others.
- And more!

To register or request more information, please contact: Kelsey Gibbs 503-901-7488.
This program is coordinated by LifeWorks NW & funded by Parenting Together Washington County.



Familias Fuertes

Una clase gratis por zoom diseñada para padres e hijos de 10-14 años

Cuándo: Cada martes de 6:30-8:30pm, empezando el 11 de abril hasta el 23 de mayo.

Los cuidadores aprenderán estrategias para criar efectivamente a adolescentes jóvenes, entre otras:

- Cómo ayudarlos a alcanzar sus metas.
- Cómo entender y comunicarse mejor con sus hijos.
- Cómo protegerlos contra el consumo de sustancias y las conductas de riesgo.
- Cómo disciplinarlos y guiarlos eficazmente.

Los jóvenes aprenderán las habilidades que necesitan para ser independientes, entre otras:

- Cómo visualizar sus objetivos y sueños para el futuro.
- Cómo identificar situaciones estresantes y aprender estrategias saludables para sobrellevar las dificultades.
- Cómo resistir ante la presión de sus compañeros y enorgullecerse de sus responsabilidades ante los demás.
- ¡Y mucho más!

Para registrarse o solicitar más información, comuníquese con: Kelsey Gibbs 503-901-7488. Este programa lo coordina LifeWorks NW y lo financia Aprendemos Juntos del Condado de Washington.