

# G A D S D E N F A M I L Y C E N T E R

At Gadsden High school

2022/2023

Monday Lunes	Tuesday Martes	Wednesday Miercoles	Thursday Jueves	Friday Viernes	<p>All classes are <u>FREE</u>, in person and open to the community!</p> <p><b>Todas las clases son <u>GRATIS</u>, presenciales y abierto a la comunidad!</b></p> <p>For more information please contact <b>para mas informacion favor de comunicarse con</b></p> <p>Nancy Gandara <b>(575)202-8970</b></p>
<p><b>Positive Parenting</b> 9:45am</p> <p>Mental health includes our emotional, psychological, and social well-being. It affects how we think, feel, and act. It also helps determine how we handle stress, relate to others, and make healthy choices. Mental health is important at every stage of life, from childhood and adolescence through adulthood. Positive Parenting provides advice, strategies, and tools on how to manage mental well-being and help you be the best parent you can be for your children.</p> <p><b>Educando Poistuumante a nuestros hijos</b> 9:45 am</p> <p>La salud mental incluye nuestro bienestar emocional, psicológico y social. Afecta la forma en que pensamos, sentimos y actuamos. También ayuda a determinar cómo manejamos el estrés, nos relacionamos con los demás y tomamos decisiones saludables. La salud mental es importante en todas las etapas de la vida, desde la niñez y la adolescencia hasta la edad adulta. "Educando Positivamente a nuestros hijos" brinda consejos, estrategias y herramientas sobre cómo manejar el bienestar mental y ayudarlo a ser el mejor padre que puede ser para sus hijos.</p>			<p><b>English class</b> 8:45am</p> <p>Learn basic English language and Practice everyday conversation skills with a native speaker</p> <p><b>clases de ingles</b> 8:45am</p> <p>Aprenda el idioma inglés básico y practique las habilidades de conversación diaria con un hablante nativo</p>		