

BALDWIN UNION FREE SCHOOL DISTRICT  
AND BALDWIN COUNCIL OF PTAS PRESENT

# PARENT ACADEMY WORKSHOP

## “MANAGING EVERYDAY STRESS, EVERY DAY”

*Presented by*

*Janet Kahn-Scolaro, PhD, LCSWR*

*Vice President of Behavioral Health*

*PM Pediatric Care*

**WEDNESDAY, NOVEMBER 29, 2023**

**7 PM, VIRTUALLY VIA ZOOM**

Growing up can be stressful for both parents and children. We all experience stress differently, which can make it challenging to figure out the right thing to say or do as a parent. Join pediatric behavioral health experts from PM Pediatric Care in this one-hour session that will give you tools to feel more prepared to handle stressful situations, and understand when it may be time to seek professional help. This event will be moderated by Stephanie Rengifo, JD, MS.Ed., Director of Curriculum, for Baldwin Union Free School District. **All K-12 parents are encouraged to attend.**

### IN THIS SESSION YOU WILL:

- Learn what typical thinking styles can actually increase stress
- Better understand stress signals that may be hard to see
- Leave with five top tips for communicating with kids
- Feel empowered to seek professional help if needed



SCAN HERE  
TO REGISTER

### REGISTER AND ATTEND VIA ZOOM

Click the Zoom link below or scan the QR code with your cell phone camera to register:

<https://events.zoom.us/j/915fMBNdJxGfiPBfnxq~AvZCkyPE7F429VbMNEcdfGoTV-NHm-u0TgPS1bwgXwzN6YVq47xD5VTzA>



DISTRITO ESCOLAR LIBRE DE BALDWIN UNION  
Y EL CONSEJO BALDWIN DE PTA PRESENTE

# TALLER DE LA ACADEMIA PARA PADRES

## "MANEJANDO EL ESTRÉS DIARIO, TODOS LOS DÍAS" PRESENTADO POR

*Janet Kahn-Scolaro, PhD, LCSWR*

*Vicepresidente de Salud Conductual*

*Atención pediátrica PM*

**MIÉRCOLES, 29 DE NOVIEMBRE DE 2023**  
**7 P.M., VIRTUALMENTE A TRAVÉS DE ZOOM**

Creer puede ser estresante tanto para los padres como para los hijos. Todos experimentamos el estrés de manera diferente, lo que puede hacer que sea difícil averiguar qué decir o hacer como padre. Únase a los expertos en salud conductual pediátrica de PM Pediatric Care en esta sesión de una hora que le brindará herramientas para sentirse más preparado para manejar situaciones estresantes y comprender cuándo puede ser el momento de buscar ayuda profesional. Este evento será moderado por Stephanie Rengifo, JD, MS.Ed., Directora de Currículo, para el Distrito Escolar Libre de Baldwin Union. ***Se anima a todos los padres de K-12 a asistir.***

### EN ESTA SESIÓN:

- Aprenda qué estilos de pensamiento típicos pueden aumentar el estrés
- Comprender mejor las señales de estrés que pueden ser difíciles de ver
- Déjate con cinco consejos para comunicarte con los niños
- Siéntase capacitado para buscar ayuda profesional si es necesario



ESCANEA AQUÍ  
PARA REGISTRARSE

### REGÍSTRESE Y ASISTA A TRAVÉS DE ZOOM

Haga clic en el enlace de Zoom a continuación o escanee el código QR con la cámara de su teléfono celular para registrarse:  
[https://events.zoom.us/ev/Al\\_ZCNMPLM1kRaSY8nGPxRd2kwD4orKsL9I5fMBNdJxGfiPBfnxq~AvZCkyPE7F429VbMNEcdfGoTV-NHm-u0TgPS1bwgXwzN6YVq47xD5VTzA](https://events.zoom.us/ev/Al_ZCNMPLM1kRaSY8nGPxRd2kwD4orKsL9I5fMBNdJxGfiPBfnxq~AvZCkyPE7F429VbMNEcdfGoTV-NHm-u0TgPS1bwgXwzN6YVq47xD5VTzA)

