children's institute

Activities for the Whole Family!

WELLNESS WEDNESDAY

National Stress Awareness Month

December 7th

11:00am-1:00pm

CII'S WATTS CAMPUS
10200 SUCCESS AVE
LOS ANGELES, CA 90002

Learn coping skills, practice mindfulness, journal, and get free resources!

FOR MORE INFORMATION CONTACT:
KARLA CASTANEDA
KCASTANEDA@CHILDRENSINSTITUTE.ORG
(213) 716-8901

children's institute

¡Actividades para toda la familia!

MIÉRCOLES DE BIENESTAR

Mes Nacional de Concientización sobre el Estrés

Diciembre 7

11:00am-1:00pm

CII'S WATTS CAMPUS
10200 SUCCESS AVE
LOS ANGELES, CA 90002

¡Aprenda habilidades de afrontamiento, practique la atención plena, escriba en un diario, y obténga recursos gratis!

PARA MÁS INFORMACIÓN CONTACTE:
KARLA CASTANEDA
KCASTANEDA@CHILDRENSINSTITUTE.ORG
(213) 716-8901