



Atención padres de Nebo School District

únanse a nuestra próxima serie de salud mental...

Depresión: no está solo

¿Está luchando con la depresión o alguien a quien quiere le está ocurriendo?

Curso creado por:

Dr. Kevin Skinner, LMFT, CSAT, EDMR

En esta sesión, vamos a aprender sobre los diversos factores que contribuyen a la depresión. Puede tener una conexión genética o situacional, pero hay cosas que puede hacer para mejorar sus emociones. Hay cosas que puede hacer para mejorar sus emociones y las emociones de aquellos que le importan.

En esta sesión, analizaremos lo siguiente:

- De dónde viene la depresión?
- Factores que contribuyen a la depresión
- Herramientas fundamentales para tratar la depresión



16 de noviembre, 2023

**6:00–7:00 PM en
Zoom**

Inscríbese aquí

<http://cookcenter.info/Nov16NeboSp>

Nebo
SCHOOL DISTRICT