



Distrito Escolar 159
Programa F.A.C.E
y la Academia del Amor y la Libertad
Presenta:

Exhale ahora: Encontrar la Calma en el Caos
jueves, 19 de noviembre de 2020

6:00 PM a 7:30 PM

Únase a la reunión de
Zoom [https://us02web.zoom.us/j/88332253889?pwd=Z3JpWi93a1FIWlRmVG
NwQmJzVGovUT09](https://us02web.zoom.us/j/88332253889?pwd=Z3JpWi93a1FIWlRmVG
NwQmJzVGovUT09)

ID de reunión: 883 3225 3889

Contraseña: exhale

One tap mobile

+13126266799, 88332253889#,,,,,0#,,742539# US (Chicago)

Este taller trata de que te sientas escuchado, visto y apoyado.

- Identifique formas de acceder a la paz interior a lo largo de su día.
 - Obtenga consejos y prácticas para aprovechar su alegría.
 - Aborde las fiestas con gracia y facilidad.
 - Obtenga claridad sobre por dónde empezar.

¡Todos los participantes recibirán un regalo por asistir!

Si tiene alguna pregunta, comuníquese con
la Sra. Jones al 708-720-9393 o la Sra. McCoy al 708-720-9235.