

**¡FLORECIENDO JUNTOS, CRECIMIENTO JUNTOS!**

**FLOURISHING TOGETHER, GROWING TOGETHER!**

Would you like to learn how to de-stress, have more meaningful time with your family and develop communication skills? Join us for Flourishing Together, Growing Together!

Topics

- ♥ Mindfulness Meditation Practices
- ♥ Honest Compassionate Communication
- ♥ Trauma Informed Care Practices
- ♥ Family Health and Wellness

¿Le gustaría aprender a eliminar el estrés, tener un tiempo más significativo con su familia y desarrollar habilidades de comunicación? ¡Únete a nosotros para Floreciendo Juntos, Crecimiento Juntos!

Temas

- ♥ Practicas Consiente
- ♥ Comunicación honesta y compasiva
- ♥ Practicas del informe de Trauma
- ♥ El Bienestar de Nuestras Familias

Se ofrecerá una comida ligera y actividades para niños y jóvenes.  
A light meal and activities for children and youth will be provided.

Comuníquese con CHW, Esme Rios al 503-989-1015  
o [esmeraldarios@ccswv.org](mailto:esmeraldarios@ccswv.org) para registrarse

Please contact CHW, Esme Rios at 503-989-1015  
or [esmeraldarios@ccswv.org](mailto:esmeraldarios@ccswv.org) to register

5:30-7:00PM

Thursday, October 3<sup>rd</sup>, 10<sup>th</sup>, 17<sup>th</sup>, 24<sup>th</sup>  
November 7<sup>th</sup> and 14<sup>th</sup>

Hallman Elementary School  
4000 Deerhaven Dr NE, Salem, OR 97301

**Sponsored by Hallman Elementary School and the Fostering Hope Initiative**