



Educa y Entretiene

05 de mayo, 2020

Resiliencia en tiempos de crisis Cómo mantenerse optimista

Como mamá, seguramente has asumido muchas cargas durante estos tiempos difíciles que te han hecho sentir agotada, estresada y con diversas emociones que a veces no son fáciles de manejar y de entender. ¿Quieres saber cómo sobrellevar de mejor manera la crisis que enfrentamos actualmente?

Te invitamos a nuestro Facebook Live bilingüe con la Dra. Lorea Martínez, Especialista en aprendizaje socio-emocional, quien nos dará valiosos consejos sobre cómo cultivar resiliencia y mantener una actitud positiva, ahora cuando más lo necesitamos.

Acompáñanos el miércoles a las 6:00 pm EST / 3:00 pm PT en nuestra discusión enfocada a las mamás y ¡Ten tus preguntas listas en inglés o en español!

(Comparte este enlace)

<https://www.facebook.com/events/649368999242743>

Sobre HITN-TV: HITN-TV es la compañía líder de medios en idioma español, enfocada en programación educativa y cultural para toda la familia. Alcanza a más de 44 millones a través de los EE. UU y Puerto Rico por DIRECTV, DIRECTV NOW, DISH Network, AT&T U-verse TV, Verizon FiOS TV, Comcast, Charter Spectrum, Mediacom, CenturyLink Prism, y Cablevision. Para más información, visite www.hitn.org.

###