



Actitudes Saludables, Armonía emocional,  
Logro de por vida para los adolescentes

## Programas Gratuitos de Certificación

Acompáñanos para obtener tu propia certificación del Aprendizaje Socio-Emocional (SEL) impartido por AHA!

Aprenderás habilidades importantes y esenciales para mejorar tus relaciones y bienestar

*AHA! Cuenta con más de 20 años de experiencia en SEL. Esta serie de certificaciones dará inicio pronto, y será dirigida por facilitadores bilingües entrenados a nivel nacional.*

### BENEFICIOS DE SEL

Aumenta confianza en sí mismo  
Mejores actitudes y relaciones interpersonales  
Reducción de estrés emocional

### Talleres Mensuales

Todos los grupos se reúnen los miércoles de 6:00-7:15

**AUTOCONCIENCIA:** Miércoles 25 de agosto 25

**AUTOCONTROL EMOCIONAL:** Miércoles 22 de septiembre

**CONCIENCIA SOCIAL:** Miércoles 27 de octubre

**HABILIDADES INTERPERSONALES:** Miércoles 17 de noviembre

**TOMA DE DECISIONES RESPONSABLE:** Miércoles 15 de diciembre

Reserve su espacio para recibir el enlace por zoom - <https://tinyurl.com/conexion21>

Para más información, contactar a Ana Leyva, [ana.ahasb@gmail.com](mailto:ana.ahasb@gmail.com),  
or 805-451-9347.



Empatía

Resiliencia

Atención plena

Conciencia

Conexión