easterseals
Rio Grande Valley

Coffee Talk:
"Pause, Regulate, Connect"

Date: Friday, November 20, 2026
Time: 10:00am-11:00am
Via Zoom

Parenting can be rewarding, but it can also be stressful!

Join us for a relaxed, virtual conversation about the everyday challenges of parenting, managing stress, and finding ways to care for ourselves while caring for our families.

Presented by:
Jessica Garcia,
Parents as Teachers Program Coordinator

To register, more information or accommodations please call
Lupita Ramirez 956-631-9171

easterseals
Rio Grande Valley

Charla de Café:
"Pausa, Regula, Conecta"

Fecha: viernes 20 de Noviembre de 2026
Hora: 10:00 a. m.-11:00 a. m.
Por Zoom

¡La crianza puede ser gratificante, pero también puede ser estresante!

Acompáñenos en una conversación virtual y relajada sobre los desafíos cotidianos de la crianza, cómo manejar el estrés y cómo encontrar maneras de cuidarnos mientras cuidamos a nuestras familias.

Presentado por:
Jessica García,
Coordinadora del Programa Padres como Maestros

Para registrarse, obtener más información o solicitar adaptaciones, llame a
Lupita Ramírez al 956-631-9171