



Youth Stress Support Group

Offering a Variety of Stress Management and Coping Strategies for
Middle School Students (6th, 7th, and 8th grade):

Meetings from 4:00-5:00pm on the following Wednesdays:

March 6th

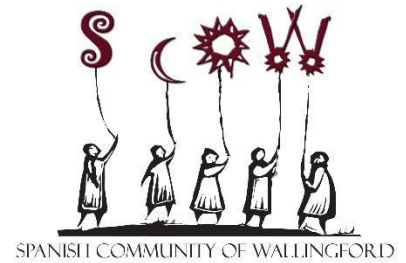
March 13th

March 27th

Sessions will take place at the Spanish Community of Wallingford (SCOW).
Contact SCOW at (203)265-5866 or
the Wallingford Youth & Social Services at 203-294-2175 for more
information.

IN THIS FREE, FUN, INTERACTIVE SUPPORT GROUP YOU WILL:

- Identify stressors and learn coping skills
- Develop strategies to minimize stress and anxiety
- Be provided with tools and resources to maintain stress relief goals



Grupo de Apoyo de Estrés Juvenil

Ofreciendo una variedad de Estrategias de

Afrontamiento y Manejo de Estrés para:

Estudiantes de Escuela Secundaria (6^{to}, 7^{to}, y 8^{vo} grado):

Reuniones de 4:00-5:00pm durante los siguientes Miércoles:

6 de Marzo

13 de marzo

27 de marzo

Las sesiones se llevarán a cabo en la
Comunidad Hispana de Wallingford (SCOW).

Contacte a SCOW al (203)265-5866 o
al Wallingford Youth & Social Services al 203-294-2175
para más información.

DURANTE ESTE GRUPO DE APOYO GRATUITO, DIVERTIDO,
E INTERACTIVO PODRÁ:

- Identificar factores estresantes y aprender destrezas de afrontamiento
 - Desarrollar estrategias para minimizar el estrés y la ansiedad
- Obtener herramientas y recursos para mantener sus metas para aliviar el estrés