



*Self Care Is Not
Selfish...*



**JOIN US ON
WEDNESDAY, APRIL 27 @ 2PM
FOR OUR
"SELF-CARE: ME, MYSELF AND I"
VIRTUAL WORKSHOP PRESENTED BY
NYPCC**

Meeting ID: 870 0308 5623 Access Code: 191106
For More Information Contact the
Parent Coordinator @ (718) 821-4860 ex. 1091.



**"THIS WORKSHOP HIGHLIGHTS WHAT SELF-CARE IS
AND HOW TO INCORPORATE SELF-CARE PRACTICES
INTO YOUR DAILY ROUTINE TO IMPROVE YOUR
OVERALL MENTAL WELL" NYPCC.**



*El Auto-Cuidado
no es
Epísta...*



**ÚNETE A NOSOTROS
MIÉRCOLES 27 DE ABRIL A LAS 2PM
PARA NUESTRO
"AUTO-CUIDADO: YO, YO MISMO Y YO"
TALLER VIRTUAL PRESENTADO POR
NYPCC**

ID de la Reunión: 870 0308 5623 Código de Acceso: 191106
Para Más Información Comunicarse con
la Coordinadora de Padres @ (718) 821-4860 ex. 1091

**"ESTE TALLER DESTACA LO QUE ES EL AUTOCUIDADO Y
CÓMO INCORPORAR PRÁCTICAS DE AUTOCUIDADO
EN SU RUTINA DIARIA PARA MEJORAR SU BIENESTAR
MENTAL GENERAL" NYPCC.**

