



BISD Concientización de Salud Mental



Lunes, 4 de Febrero

Conócete a Tí Mismo

Fortalezas, Debilidades, Habilidades de Afrontamiento,
Conciencia de Sí Mismo

Martes, 5 de Febrero

Conocer a Otros

Otros Como Tú, Otros a Tu Alrededor, Ayudando a Otros,
Relaciones Personales Positivas

Miercoles, 6 de Febrero

Comunicación

Saludable Maneras de Comunicarse, Medios de
Comunicación Social, Lineamientos Cyber

Jueves, 7 de Febrero

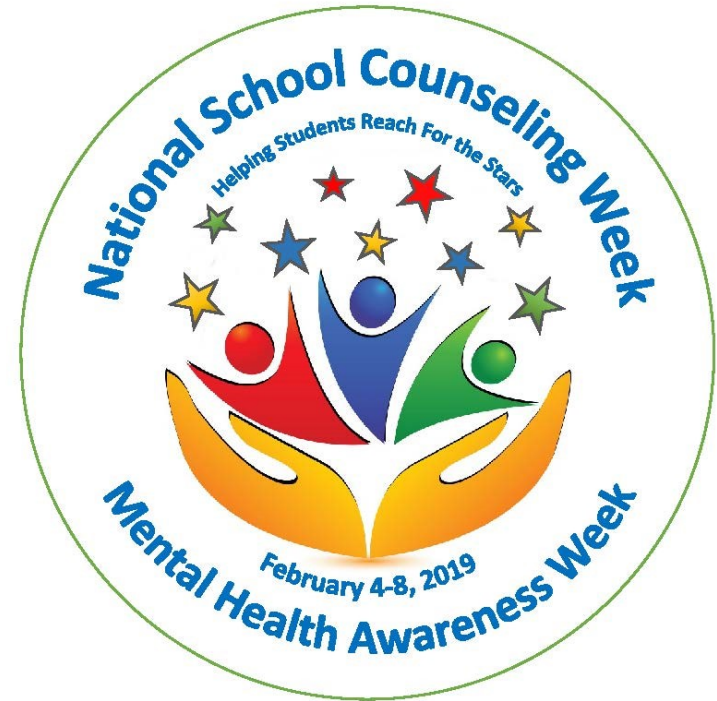
Maneja Tu Estado de Ánimo

Cambiar un Estado de Ánimo Negativo a Uno Positivo,
Cambiar la Ira a Reacciones Positivas, Mentalidad Positiva

Viernes, 8 de Febrero

Tener un Plan

Establecimiento de Metas, Como Llegar a Sus Metas,
Planear para el Futuro



*Para más información, consulte
la pagina web de los consejeros
de su escuela.*



@birdvilleschools



@BirdvilleSchool
#BISDMentalWellness