

Triple P

El programa
padres
positivos

UN PROGRAMA DE



triplep.first5scc.org



DESARROLLANDO BUENAS RUTINAS A LA HORA DE DORMIR

PARA FAMILIAS CON NIÑOS DE HASTA 5 AÑOS

jueves, el 18 de junio, 2026 • 6:00 – 7:30 pm

Asista a este taller GRATUITO de crianza para aprender:

- Razones comunes del por qué los niño/as tienen dificultad a la hora de ir a la cama y dormir toda la noche
- Cómo crear rutinas tranquilas que funcionan para toda la familia a la hora de dormir
- Consejos para ayudar a los niños a desarrollar hábitos saludables a la hora de dormir

Presentado EN ESPAÑOL por Zoom Sandra Rodelo,
Puentes de la Comunidad – La Manzana Recursos Comunitarios

Inscríbese para conseguir la información para participar en este taller gratis por Zoom: <https://bit.ly/Rutinas-18jun>

Escanee para inscribirse



¿Tiene preguntas?

Comuníquese con Sandra Rodelo al (831) 724-2997 Ext. 211 o sandrarr@cbridges.org

¿No conoce Zoom?

Visite el Centro de Ayuda de Zoom al <https://support.zoom.us/hc/es>



¿Sabía que si su niño/a nació en el condado de Santa Cruz después del 31 de diciembre de 2020, puede recibir un depósito de \$50 en su cuenta de ahorros universitarios de **Semillitas** al asistir a cualquier sesión de Triple P? ¡Acompáñenos para aprender más sobre cómo darle a su niño/a un buen comienzo en su educación, sin costo alguno!



Para conocer más sobre Triple P:

Teléfono: (831) 465-2217

Correo electrónico: triplep@first5scc.org

Sitio web: <http://triplep.first5scc.org>

Triple P

Positive
Parenting
Program

A PROGRAM OF



triplep.first5scc.org



DEVELOPING GOOD BEDTIME ROUTINES

FOR FAMILIES WITH CHILDREN UP TO 5 YEARS OLD

Thursday, June 18, 2026 • 6:00 – 7:30 pm

Scan to register

Attend this FREE parenting workshop to learn:

- Common reasons why children have difficulty going to bed and sleeping through the night
- How to create peaceful bedtime routines that work for the whole family
- Tips to help children develop healthy sleep habits



Presented IN SPANISH on Zoom by Sandra Rodelo,
Community Bridges – La Manzana Community Resources

Got questions?

Contact Sandra Rodelo at
(831) 724-2997 Ext. 211 or
sandrar@cbridges.org

Register to get the link to participate in this workshop on Zoom:
<https://bit.ly/Rutinas-18jun>

New to Zoom?

Visit Zoom's Help Center at
<https://support.zoom.us/hc/es>



Did you know that if your child was born in Santa Cruz County after December 31, 2020, you can earn a \$50 deposit to their **Semillitas** college savings account by attending any Triple P session? Join us to learn more about how you can give your child a head start in their education—at no cost to you!



To learn more about Triple P:

Phone: (831) 465 -2217

Email address: triplep@first5scc.org

Website: <http://triplep.first5scc.org>