



# Triple P

Positive Parenting Program

A PROGRAM OF



[triplep.first5scc.org](http://triplep.first5scc.org)



Scan here  
to register

## COPING WITH STRESS

Triple P—the world’s leading positive parenting program—strengthens families by promoting positive relationships

**Tuesday, December 5, 2023 • 6:00 – 7:30 pm**

**Attend this FREE virtual parenting workshop to learn:**

- Common causes of stress, and how stress affects parenting
- How to recognize signs of stress
- Healthy ways to reduce and manage everyday stress

*Presented IN ENGLISH on Zoom by  
Cori Burt, Triple P Practitioner*

**Register to get the Zoom meeting link:**

<https://bit.ly/Stress-Dec5>

**Got questions?** Contact Cori Burt at (831) 252-1137 or [cmburt12@gmail.com](mailto:cmburt12@gmail.com)

**New to Zoom?** Visit Zoom’s Help Center at <https://support.zoom.us/hc/en-us>



**To learn about other Triple P services:**  
contact First 5 Santa Cruz County at  
(831) 465-2217 or [triplep@first5scc.org](mailto:triplep@first5scc.org)



# Triple P

El programa  
padres  
positivos

UN PROGRAMA DE



[triplep.first5scc.org](http://triplep.first5scc.org)



Escanee aquí  
para inscribirse

## MANEJANDO EL ESTRÉS

Triple P es un programa mundialmente reconocido que promueve la crianza positiva

**martes, el 5 de diciembre, 2023 • 6:00 – 7:30 pm**

### Asista a este taller virtual GRATIS de crianza para aprender:

- Las causas comunes del estrés y cómo el estrés afecta la crianza
- Cómo reconocer las señales del estrés
- Formas saludables para reducir y controlar el estrés de la vida diaria

*Presentado EN INGLÉS por Zoom por  
Cori Burt, Proveedora de Triple P*

Inscríbese para conseguir la información para participar en este taller por Zoom

<https://bit.ly/Stress-Dec5>

¿Tiene preguntas? Comuníquese con Cori Burt al (831) 252-1137 o [cmburt12@gmail.com](mailto:cmburt12@gmail.com)

¿No conoce Zoom? Visite el Centro de Ayuda de Zoom en <https://support.zoom.us/hc/es>



Para conocer más sobre servicios del programa Triple P:

Llame a Primeros 5 del condado de Santa Cruz  
al teléfono (831) 465-2217

o envíe un correo electrónico a [triplep@first5scc.org](mailto:triplep@first5scc.org)

Este programa es posible gracias a una colaboración entre los Primeros 5 del Condado de Santa Cruz, la Agencia de Servicios de Salud del Condado de Santa Cruz (MHSA-Prop 63)  
y el Departamento de Servicios Humanos del Condado de Santa Cruz