

Triple P

UN PROGRAMA DE



triplep.first5scc.org

El programa
padres
positivos



PESADILLAS Y TERRORES NOCTURNOS

PARA FAMILIAS CON NIÑOS DE 0 - 5 AÑOS

Jueves, 19 de noviembre de 2026 • 6:00 – 7:30 pm

Escanee para inscribirse

Asista a este taller GRATUITO de crianza para aprender:

- Comprenda la diferencia entre pesadillas y terrores nocturnos en los niños
- Aprenda estrategias de crianza positiva para ayudar a sus hijos a sentirse seguros a la hora de dormir
- Desarrolle rutinas tranquilas para la hora de acostarse y aprenda cómo responder a los miedos nocturnos

Presentado EN ESPAÑOL en persona por Alex Olivas
Community Bridges – Nueva Vista Community Resources

Inscríbese para recibir el enlace de este taller por Zoom:
<https://bit.ly/Pesadillas-Nov19>



Inscríbese para reservar su lugar y obtener el cuidado de niños gratuito. Se ofrecerán bocadillos ligeros.

¿Tiene preguntas?

Comuníquese con Alex Olivas al (831) 2184079 ext.313 o
alexo@cbridges.org



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



FIRST 5
SANTA CRUZ COUNTY

triplep.first5scc.org



NIGHTMARES & NIGHT TERRORS

FOR FAMILIES WITH CHILDREN 0 - 5 YEARS

Thursday, November 19, 2026 • 6:00 – 7:30 pm

Escanee para inscribirse

Attend this FREE parenting workshop to learn:

- Understand the differences between nightmares and night terrors in children.
- Learn positive parenting strategies to help children feel safe and secure at bedtime.
- Develop calming bedtime routines and ways to respond to nighttime fears.



Presented IN SPANISH in person by Alex Oliva,
Community Bridges – Nueva Vista Community Resources

Register to reserve your spot and get free childcare. Light snacks will be provided.

Register to the Zoom link for this workshop:

<https://bit.ly/Pesadillas-Nov19>

Got questions?

Contact Alex Olivas al (831) 2184079 ext.313 or
alexo@cbridges.org



To learn more about Triple P:

Phone: (831) 465 -2217

Email address: triplep@first5scc.org

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