

Triple P

El programa
padres
positivos

UN PROGRAMA DE



PRIMEROS 5

SANTA CRUZ COUNTY

triplep.first5scc.org



ARMAS CONTRA EL ESTRÉS PARA PADRES Y CUIDADORES

PARA FAMILIAS CON NIÑOS DE TODAS LAS EDADES

miércoles, el 28 de enero, 2026 • 6:00 – 7:30 pm

Escanee para inscribirse

Asista a este taller GRATUITO 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 ESPAÑOL en persona por Alex Olivas,
Puentes de la Comunidad – Live Oak Recursos Comunitarios

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

Lugar: La Manzana Recursos Comunitarios
18 W. Lake Ave, Suite E, Watsonville

¿Tiene preguntas?
Comuníquese con Alex Olivas
al (831) 476 -7284 Ext. 110 o
por alexo@cbridges.org

Para inscribirse visite: <https://bit.ly/Estres-26ene>



¿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



STRESS-BUSTERS FOR PARENTS AND CAREGIVERS

FOR FAMILIES WITH CHILDREN OF ALL AGES

**Wednesday, January 28, 2026 • 6:00 – 7:30
pm**

Attend this **FREE** 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 SPANISH in person by Alex Olivas,
Community Bridges – Live Oak Community Resources

Location: La Manzana Community Resources
18 W. Lake Ave, Suite E, Watsonville

To register visit: <https://bit.ly/Estres-26ene>

Scan to register



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

Questions?

Contact Alex Olivas at
(831) 476 -7284 Ext. 110 or
alexo@cbridges.org



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>

This program is made possible through a partnership between First 5 Santa Cruz County, Santa Cruz County Health Services Agency (MHSA-Prop 63) & Santa Cruz County Human Services Department