



2022/2023 Parenting Workshops

Please visit the website below to enroll in one of our parenting workshops.

<https://midvalleyparenting.org/resources/display/classes>

Parent Educators

- Laura Lockhart
 - llockhart@lcsnw.org (971) 901-2673
- Hilda Ketchum
 - hildaketchum@lcsnw.org (971) 999-1799
- Romina Bearzzotti
 - rbearzzotti@lcsnw.org (971) 241-9258

Parenting Classes Offered by A Family Place

Mothers and Babies: For women with children three years and under, and pregnant women

Parenting is challenging for moms with littles. If you have a child aged three or under (or if you are pregnant), the Mothers and Babies class focuses on mood management to help moms be the best moms they can be. This course helps prevent post and antepartum depression, so if you have been feeling sad, isolated, lonely, anxious, and/or have problems sleeping, this class is perfect for you! The six-week course will cover topics including taking care of yourself, finding emotional support, emotional attachment with your child, and more!

La crianza de los hijos es un desafío para las madres con niños pequeños. Si tiene un hijo de tres años o menos (o si está embarazada), la clase de Madres y Bebés se enfoca en el control del estado de ánimo para ayudar a las madres a ser las mejores madres que puedan ser. Este curso ayuda a prevenir la depresión posparto y ante parto, por lo que si te has sentido triste, aislada, sola, ansiosa y / o tienes problemas para dormir, ¡esta clase es perfecta para ti! ¡El

nurturing children, strengthening families, enriching communities



curso de seis semanas cubrirá temas que incluyen cuidarse, encontrar apoyo emocional, apego emocional con su hijo y más!

Circle of Security: For parents with children aged four months to six years.

The 8-week Circle of Security is a relationship-based early childhood program designed to enhance attachment between parents and children. Research has confirmed that securely attached children show increased empathy, greater self-esteem, better ability to handle emotions, and better relationships with parents and peers. The video and discussion-based course provides a “road map” for raising secure children. With this map, the group explores struggles with children’s behaviors, how to be firm yet kind with our children, and how to repair relationship with our children. If you want to choose security for your child, this is the class for you!

Circulo de Seguridad: Para padres con hijos de cuatro meses a síes años.

El Circulo de Seguridad de 8 semanas es un programa para la primera infancia basado en las relaciones entre padre e hijos y para mejorar el vínculo entre ellos. La investigación ha confirmado que los niños con apego seguro muestran una mayor empatía, mejor capacidad para manejar las emociones, mejores relaciones con los padres y compañeros. El curso basado en videos y debates proporciona un “plan de acción” para criar niños seguros. Con este plan el grupo explora las luchas con los comportamientos de los niños, como ser firmes pero amables con nuestros hijos y como reparar la relación con nuestros hijos. ¡Si desea elegir seguridad para su hijo, esta clase es para usted!

Parenting Teens: For parents with pre-teens and teens

This six-week program combines entertaining video and discussion. Topics include helping parents better communicate with their teens and pre-teens, setting appropriate limits with less resistance, and supporting your young person in the unique challenges of adolescence. Positive effects usually include teens who are more cooperative, responsible and able to resist peer pressure. The class also guides parents in dealing with sensitive issues such as drugs, sexuality and violence.

Criando adolescentes: Para padres con preadolescentes y adolescentes.

Este programa de seis semanas combina videos entretenidos y debates. Los temas incluyen ayudar a los padres a comunicarse mejor con sus adolescentes y preadolescentes, establecer límites apropiados con menos resistencia y apoyar a su joven en los desafíos únicos de la

nurturing children, strengthening families, enriching communities



adolescencia. Los efectos positivos generalmente incluyen a los adolescentes que son más cooperativos, responsables y capaces de resistir la presión de sus compañeros. La clase también guía a los padres a lidiar con temas delicados como las drogas, la sexualidad y la violencia.

Make Parenting a Pleasure: For parents of children newborn to age eight.

The 8-week Make Parenting A Pleasure class addresses key topics including self care, stress and anger management, understanding child development, communication skills and positive discipline. It is a discussion-based program with video clips to demonstrate the concepts. Discover new ways to make parenting not only easier, but more of a pleasure! Come connect with other parents and together learn how to better understand your child's behavior, and positive ways to discipline that fit your child's age.

***Haga de la crianza de sus hijos un placer: Para padres de niños recién nacidos hasta los ocho años.**

La clase de 8 semanas "Haga de la crianza de sus hijos un placer" aborda temas clave que incluye cuidado personal, manejo del estrés y la ira, comprensión del desarrollo infantil, habilidades de comunicación y disciplina positiva. Es un programa basado en debates con videoclips para demostrar los conceptos. Descubra nuevas formas de hacer que la crianza de sus hijos no solo sea más fácil, sino más placentera. Venga a conectarse con otros padres y aprendan juntos como comprender mejor el comportamiento de su hijo y las formas positivas de disciplina que se adaptan a la edad de su hijo.

***We currently do not offer a Make Parenting Pleasure class in Spanish.**