



# Un Acto de Equilibrio:

APOYAR EL ESTRÉS Y LA ANSIEDAD DE LOS  
ESTUDIANTES

Patrocinado por

El Consejo de la PTSA de Bellevue y el Equipo de Asistencia de Salud Mental de BSD  
(MHAT)

## Presentación para padres de la escuela intermedia y secundaria

**MIÉRCOLES, 1 DE MAYO, 7-8PM**

Bellevue High School PAC

10416 SE Wolverine Way, Bellevue, WA 98004

## Presentación para padres de la escuela primaria

**MIÉRCOLES, 22 DE MAYO, 7-8PM**

ODLE Middle School Commons

502 143rd Ave NE, Bellevue, WA 98007

### Compartiremos información sobre:

- Causas de la ansiedad y el estrés de jóvenes y niños
  - Sepa cuándo buscar ayuda para la ansiedad
  - Estrategias específicas para el hogar
- Acceso a ayuda dentro del Distrito Escolar de Bellevue y la comunidad



*Escanee aquí para hacer  
preguntas para cualquiera de  
los dos eventos.*