

অভিভাবক সামার ওয়ার্কশপ সেমিনার।

# নিজের যত্ন

পিতামাতা এবং অভিভাবকদের জন্য অপরিহার্য

-অভিভাবকত্ব" এবং "স্ব" যত্ন" শব্দগুলি খুব কমই সামঞ্জস্যপূর্ণ বলে বিবেচিত হয়েছে। অভিভাবকত্ব সব গ্রাসকারী

এটি চ্যালেঞ্জিং, আমাদের এক টন সময় এবং মনোযোগ এবং শক্তি প্রয়োজন, এটি একটি প্রদত্ত! এটাও প্রদত্ত যে অন্যান্য কারণগুলি, যেমন দৈনন্দিন দায়িত্ব, জীবন পরিস্থিতি মানসিক স্বাস্থ্যের চ্যালেঞ্জ, ক্যারিয়ার এবং অন্যদের সমর্থন করার ফলে আমাদের মানসিক এবং মানসিক সুস্থতাকে প্রভাবিত করতে পারে, সুস্থ ফ্যাশনে পিতামাতার . আমাদের ক্ষমতার কথা উল্লেখ না করে

এই সেমিনারে, আমরা অভিভাবক এবং অভিভাবকদের মুখোমুখি হওয়া সাধারণ চ্যালেঞ্জগুলি নিয়ে আলোচনা করব। আমরা "বার্নআউট" এর সাধারণ লক্ষণগুলি অন্বেষণ করব এবং তারপরে নিজের যত্ন প্রদানের জন্য ব্যবহারিক এবং অর্জনযোগ্য সরঞ্জাম সরবরাহ করব।

**ফ্রি স্টাফ**  
হালাল খাবার এবং  
রিফ্রেশমেন্ট

**18ই জুলাই**

**09:30-11:30AM**

বোর্ডরুমে আমাদের সাথে দেখা করুন 3201 রুজভেল্ট

সেন্ট হ্যা ম ট্রা ম ক এমআই 48212

<http://hamtramckjuly18.eventzilla.net>

সাইন আপ করতে লিঙ্ক ব্যবহার করুন

