



# FREE Parenting Workshops for May

Parent Resource Center  
525 E. 46th St. N.

*Food provided*

## PARENTING NEURODIVERGENT CHILDREN

May 6th at 12 p.m. (virtual)

May 7th at 12 p.m. (in-person)

Does your child have ADD, ADHD, ODD, Autism, or another diagnosis? Feeling overwhelmed? Come connect with other parents and gain support while learning practical strategies that meet your child's unique needs.

## CALM THE CHAOS

May 12th at 9 a.m. (in-person)

May 13th at 12 p.m. (virtual)

Does your home feel overwhelming or out of control some days? Explore simple routines and structure that bring more calm, predictability, and cooperation into your daily family life.

## MANAGING STRONG EMOTIONS

May 20th at 12 p.m. (virtual)

May 21st at 12 p.m. (in-person)

Does your child struggle with big emotions? Feeling frustrated? Learn how to help your child understand, express, and manage emotions in healthy ways while staying calm and confident as a parent.

## FROM POWER STRUGGLES TO CONNECTION

May 26th at 10 a.m. (in-person)

May 27th at 12 p.m. (virtual)

Stuck in constant battles with your child? Learn how to respond instead of react, set clear limits, and use connection to guide behavior, turning daily power struggles into more peaceful moments.



[Click here or scan to sign up.](#)

These workshops do not meet DHS or court-ordered requirements. If you are looking for DHS or court-approved classes, please visit the FCS website at [fcsok.org](http://fcsok.org).



# Clases para Padres GRATUITOS para Mayo

Parent Resource Center  
525 E. 46th St. N.

*Se proporcionará comida*

## CRIANZA DE NIÑOS NEURODIVERGENTES

6 de Mayo a las 12 p.m. (virtual)

7 de Mayo a las 12 p.m. (en persona)

¿Su hijo/a tiene ADD, ADHD, ODD, autismo u otro diagnóstico? ¿Se siente abrumado/a? Venga a conectarse con otros padres y obtenga apoyo mientras aprende estrategias prácticas que se adaptan a las necesidades únicas de su hijo/a.

## MANEJO DE EMOCIONES INTENSAS

20 de Mayo a las 12 p.m. (virtual)

21 de Mayo a las 12 p.m. (en persona)

¿Su hijo/a tiene dificultades con emociones intensas? ¿Se siente frustrado/a? Aprenda cómo ayudar a su hijo/a a entender, expresar y manejar sus emociones de manera saludable mientras usted se mantiene tranquilo/a y seguro/a como padre o madre.

## CALMAR EL CAOS

12 de Mayo a las 9 a.m. (en persona)

13 de Mayo a las 12 p.m. (virtual)

¿Su hogar se siente abrumador o fuera de control algunos días? Explore rutinas y estructuras simples que aportan más calma, previsibilidad y cooperación a la vida familiar diaria.

## DE LAS LUCHAS DE PODER A LA CONEXIÓN

26 de Mayo a las 10 a.m. (en persona)

27 de Mayo a las 12 p.m. (virtual)

¿Se siente atrapado/a en constantes conflictos con su hijo/a? Aprenda a responder en lugar de reaccionar, establecer límites claros y usar la conexión para guiar el comportamiento, transformando las luchas diarias en momentos más tranquilos.



[Haz clic aquí o escanea para registrarte.](#)

Estos talleres no cumplen con los requisitos de DHS ni de órdenes judiciales. Si está buscando clases aprobadas por DHS o por la corte, por favor visite [fcsok.org](http://fcsok.org).