



Mental Health live stream event - Wednesday, Feb. 24

Your mental health matters! Our community has been impacted by several life-altering events over the past few years. Sustained exposure to the COVID-19 pandemic and continued challenges caused by the 2018 tornado and 2020 derecho have negatively impacted our mental health.

To support our Bobcat community, Center Associates therapists and the Marshalltown Community School District will host a live stream event focused on what parents, students, educators, and community members can do to cope more effectively with chronic stressors, mood disturbance, and anxiety. The event will take place from 6 p.m. to 7 p.m. this Wednesday, Feb. 24.

To join this informative and helpful live stream, go to this Zoom link at 6 p.m. on Wednesday:

<https://us02web.zoom.us/j/86951161366?pwd=a3JDU2hETUZSbDZwdHNoWjJJeWs1Zz09>

Evento sobre el salud mental en vivo - miércoles 24 de febrero

¡Su salud mental importa! Nuestra comunidad se ha visto afectada por varios eventos que alteran la vida en los últimos años. La exposición sostenida a la pandemia COVID-19 y los continuos desafíos causados por el tornado de 2018 y la tormenta de viento de 2020 han afectado negativamente nuestra salud mental.

Para apoyar a nuestra comunidad Bobcat, los terapeutas de Center Associates y el Distrito Escolar de la Comunidad de Marshalltown llevarán a cabo un evento en vivo virtual enfocado en lo que los padres, estudiantes, educadores y miembros de la comunidad pueden hacer para hacer frente de manera más efectiva a los factores estresantes crónicos, trastornos del estado de ánimo y ansiedad. El evento tendrá lugar de 6 p.m. a 7 p.m. este miércoles, 24 de febrero.

Para unirse a esta transmisión en vivo informativa y útil, vaya a este enlace de Zoom a las 6 p.m. el miércoles.:

<https://us02web.zoom.us/j/86951161366?pwd=a3JDU2hETUZSbDZwdHNoWjJJeWs1Zz09>