

SOCIAL EMOTIONAL LEARNING GROUP

What: For kids who are experiencing minor difficulties managing emotions, expressing worry and feelings of sadness. Led by two mental health specialists, the group will develop practical skills to regulate emotions and get along with peers.

Who: Patients 8–12 years old

When: Tuesdays, 3:30–4:30 p.m.

Speak with your primary care provider for more details or email sarah.quinn@childrensMN.org.

Weekly topics will include:

- Understanding emotions
- Managing our emotions
- Building empathy and asking for help
- Making and keeping friends
- Problem solving and conflict resolution
- Creating and maintaining healthy boundaries

GRUPO DE APRENDIZAJE EMOCIONAL Y SOCIAL

Qué es: este grupo está dirigido a niños que tienen ciertas dificultades para controlar sus emociones, y para expresar sus preocupaciones y los sentimientos de tristeza. El grupo está liderado por dos especialistas en salud del comportamiento, la meta es ayudar a los niños a desarrollar habilidades prácticas para regular sus emociones y para llevarse bien con la gente de su edad.

A quién va dirigido: a pacientes de entre 8 y 12 años de edad

Cuándo: cada martes de 3:30–4:30 p.m.

Hable con su médico de cabecera si está interesado o mande un correo electrónico a sarah.quinn@childrensMN.org.

PAWG NEEG KAWM TXOG KEV SIB RAUG ZOO NROG KEV XAV HAUV SIAB NTSWS

Dab tsi: Rau cov me nyuam uas ntsib me ntsis teeb meem kev tswj tau cov kev xav hauv siab ntsws, kev qhia tau thiab cov kev tu siab. Ob tug Kws Kho Kev Coj Yam Ntxwv yuav coj qhia pawg neeg xyaum cov txuj ci siv tau los tswj cov kev xav hauv siab ntsws thiab muaj kev sib raug zoo nrog cov phooj ywg.

Leej twg: Cov neeg mob 8-12 xyoos

Thaum twg: Cov Hnub Zwj Quag (Tuesdays) 3:30–4:30 tav su

Sib tham nrog koj tus thawj kws kho mob kom paub cov ntsiab lus ntxiv los sis sau ntawv email mus rau ntawm sarah.quinn@childrensMN.org.

KOOXDA BARASHADA SHUCUURTA BULSHADA

Waa Maxay: Carruurta la kulanta dhibaatooyin yaryar oo ah maareynta shucuurta, sheegidda welwelka iyo dareenka ah murugada. Waxaa hawshan qabanaya laba qof oo ah Xirfadleyaasha Caafimaadka Maskaxda, oo waxay ardeyda ku caawinayaan xirfado dhab ah oo ay ku hagaajinayaan shucuurtooda iyo sida ay ilmaha ula qabsan doonaan.

Yaa La Caawinayaa: Carruurta ay da'doodu tahay 8 ilaa 12 jir

Wakhtigee: Talaado kasta 3:30 ilaa 4:30

Wixii faahfaahin ah waa in lagala hadlo dhakhtarka carruurta ama kala soo xiriir sarah.quinn@childrensMN.org.

တၢ်သးဂဲၤပတီၢ်လၢတၢ်ရဲၤလိာ်မုၢ်လိာ်သးအတၢ်မၤလိာ်ကရူၢ်

မုၢ်တၢ်မနုၤလဲၣ်- မုၢ်တၢ်လၢ ပုၤဖိသၢ်ဆံးတဖၣ်လၢ အလဲၤခိဖျါ ဘၣ်တၢ်ကီၢ်တၢ်ခဲအဆံးအကျိးလၢတၢ်ရဲၣ်ကျဲၤကျိၢ်ထွဲလီၤတၢ်သးဂဲၤ တၢ်ဟံၣ်ဖျါထီၣ်တၢ်သ့ၣ်ကိၢ်သးဂီၤ ဒီးတၢ်တိုၢ်ဘၣ်တၢ်သ့ၣ်အုၣ်သးအုၣ်အဂီၢ်န့ၣ်လီၤ. ရဲၣ်ကျဲၤတီၢ်ခိၣ်ရဲၤမဲၤခိဖျါ သးသကံၢ်ပဝးဆူၣ်ချ့ၣ်ဝီကသံၣ်သရၢၣ်လီၤဆီ ခံၣ်ကရူၢ်ကမၤလိာ်သ့ၣ်ထီၣ်သးတၢ်သ့ၣ်ဘၣ်တဖၣ် ဒီးသိးကမၤဂၢၢ်ကျဲၤဘၣ်တၢ်သးဂဲၤဒီးရဲၣ်ဘၣ်လိာ်သးဒီးတံၤသကိးဖိတဖၣ်န့ၣ်လီၤ.

မုၢ်မတၢ်လဲၣ်- ပုၤဆါတဖၣ်လၢသးန့ၣ် 8–12 နံၣ်

တၢ်ဆၢကတီၢ်- မုၢ်ယုာ် ဟါ 3:30–4:30 နံၣ်ရံၣ်

တၢ်လိာ်- မံၣ်န့ၣ်စီထီၣ်တၢ်လိာ်ကဝီၤဖိသၢ်ကသံၣ်ဒီးတၢ်ပိၣ်သကိးအါထီၣ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤဒီးန့ၣ်ခိၣ်ထံးကသံၣ်သရၢၣ် မ့တမ့ၢ် ဆၢလီၤပရၢဆူ ဖဲ sarah.quinn@childrensMN.org လၢကသံၣ်ကွၢ်အါထီၣ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤတက့ၢ်.