



# GRUPO DE APOYO



¿Te sientes abrumado con los desastres naturales que recientemente afectaron a los países de Mexico o Puerto Rico? Grupos de apoyo te pueden ayudar.

## ¡Aprenda a:

- Controlar la ansiedad
- Cuidar de sí mismo/a
- Crear resiliencia
- Honrar tus emociones

6 Sesiones libre de costo



**-Octubre 10**, 11am-12:30pm en:  
200 North John Young Parkway, Suite  
204, Kissimmee, 34741  
*Todos los martes/Español*

**-Octubre 12**, 9am-10:30 en:  
2550 Technology Drive, Orlando, FL  
32804  
*Todos los jueves/Español*

**-Octubre 12**, 10am-11:30am en:  
6900 South Orange Blossom Trail,  
Orlando, FL, 32089  
*Todos los jueves/Inglés*

### Hispanic Family Counseling, Inc.

Main Office: 6900 N. John Young Pkwy. Suite 204, Orlando,  
FL 32809

Tel.: (407) 382-9079 | Fax: (407) 964-1274

[www.hispafam.com](http://www.hispafam.com)

Serving Osceola, Orange, Seminole and Brevard Counties