



WeCOPE es un programa interactivo que ayuda a los adultos a hacer frente al estrés de la vida. WeCOPE ha demostrado reducir el estrés y la depresión, aumentar el afecto positivo y mejorar comportamientos de salud.

El control de los retos de la vida de maneras saludables permite que los participantes cuiden mejor de sí mismos y de los demás. Durante el curso de 7 semanas, los participantes aprenderán 11 habilidades diferentes. Este es un programa gratuito y es requisito registrarse.

Septiembre 1 – Octubre 13
September 1, 2023 – October 13, 2023
11 AM – 12 PM

Inscríbese: <https://forms.gle/vF9WQ6icMZtffUVk9>

¿Preguntas? Favor de comunicarse con: Jenniferpark@wisc.edu



Extension
UNIVERSITY OF WISCONSIN-MADISON

Como empleador que brinda igualdad de oportunidades en el empleo y acción afirmativa (EEO/AA, por sus siglas en inglés), la University of Wisconsin-Madison Division of Extension, proporciona igualdad de oportunidades en el empleo y en sus programas, incluyendo los requisitos del Título VI, Título IX, la ley federal para personas con discapacidades en los Estados Unidos (ADA, por sus siglas en inglés) y los requisitos de la Section 504 del Rehabilitation Act. Para asegurar un acceso igualitario a los programas educativos, haga el favor de solicitar adecuaciones razonables lo más pronto posible antes de la fecha del programa, servicio o actividad. Para pedir adecuaciones para la comunicación en un idioma distinto al inglés, favor de comunicarse con: jennifer.parkmroch@wisc.edu Para personas del público que quiera pedir adecuaciones para la comunicación debido a una discapacidad, favor de comunicarse con: heather.stellies@wisc.edu