

**PRESENTATION DATE HAS CHANGED TO MARCH 5, 2020**

# *Coping with Stress*

**THIS PRESENTATION WILL PROVIDE COPING STRATEGIES & TIPS TO  
MANAGE THE IMPACT OF STRESS.**



Are you  
Stressed out?

**PSYCHOLOGICAL SYMPTOMS OF STRESS**



HYSTERICIS

INSOMNIA

HEADACHE

DEPRESSION

ANGER

Let's **Talk**  
about it



**SPEAKER:  
ROSALINDA SALAZAR,  
LPC**

**NEW DATE: THURSDAY – MARCH 5, 2020**

**TIME: 6:30PM – 7:30PM**

**PLACE: HCISD ADMINISTRATION BUILDING  
407 N. 77 SUNSHINE STRIP, HARLINGEN**

**EVERYONE IS WELCOME! NO REGISTRATION IS NEEDED.**

**LA FECHA DE PRESENTACIÓN HA CAMBIADO AL 5 DE MARZO DE 2020**

# ***Enfrentando el Estrés***

**ESTA PRESENTACIÓN BRINDARÁ ESTRATEGIAS Y CONSEJOS PARA  
MANEJAR EL IMPACTO DEL ESTRÉS.**



**Are you  
Stressed out?**

**PSYCHOLOGICAL SYMPTOMS OF STRESS**



**HYSTERICIS**

**INSOMNIA**

**HEADACHE**

**DEPRESSION**

**ANGER**

***¿Estás Estresado?***

**HISTERIA, INSOMNIO, DOLOR DE CABEZA,  
DEPRESIÓN, ENOJO**

***¡Hablemos de eso!***



**PRESENTADORA:  
ROSALINDA SALAZAR,  
LPC**

**NUEVA FECHA: JUEVES 5 DE MARZO DE 2020**

**HORA: 6:30PM – 7:30PM**

**LUGAR: OFICINAS ADMINISTRATIVAS DE HCISD  
407 N. 77 SUNSHINE STRIP, HARLINGEN**

**¡TODOS SON BIENVENIDOS! NO ES NECESARIO REGISTRARSE.**