



March

ADHD Support

Join us for **FREE**
Workshops and Events

Kids | Teens | Adults

RSVP at bit.ly/bbsdevents

Mar 2: ADHD Beyond Medication
(virtual)

Join Dr. Rebecca Jackson to discuss how we can go beyond medication to reduce ADHD symptoms and improve overall well-being. You will also hear from Brain Balance parent Amanda Baker who will share her family's journey.

Mar 10: SEL Day
(downloadable guide)

At Brain Balance of Greater San Diego, we understand and promote the importance of social emotional learning (SEL) to enhance the overall wellbeing of all individuals. Help us celebrate International #SELday on March 10 by participating in SEL activities all month long.

Mar 21: ADHD y El Cerebro (Spanish)
(virtual)

Explore POR QUÉ tantos niños sufren con los síntomas del ADHD, como la hiperactividad, impulsividad y falta de atención. Aprenda a cómo abordar las causas fundamentales. Reciba un guía de apoyo gratuita.

Mar 23: ADHD & The Brain (English)
(virtual)

In this free webinar, we will discuss the root cause of ADHD symptoms like inattention and impulsivity and how to address this cause, rather than coping with the symptoms. Get actionable tips and receive a free resource guide!



Marzo

Apoyo Con ADHD

Inscripcion **GRATIS**
Talleres y Eventos

Niños | Adolescentes | Adultos

RSVP en bit.ly/bbsdevents

Mar 2: ADHD más allá del Medicamento (Inglés)
(virtual)

Únase a la Dra. Rebecca Jackson para hablar sobre cómo ir más allá de la medicación para reducir los síntomas del ADHD y mejorar el bienestar general. También escuchará a Amanda Baker hablar de su experiencia y recorrido de su familia en el programa de Brain Balance.

Mar 10: Día del Aprendizaje Socioemocional (SEL)
(guía descargable)

En Brain Balance of Greater San Diego, comprendemos y promovemos la importancia del aprendizaje social y emocional (SEL) para mejorar el bienestar general de todas las personas. Ayúdanos a celebrar el Día Internacional #SELday el 10 de marzo participando en las actividades de SEL durante todo el mes.

Mar 21: ADHD y El Cerebro (Español)
(virtual)

Explore POR QUÉ tantos niños sufren con los síntomas del ADHD, como la hiperactividad, impulsividad y falta de atención. Aprenda a cómo abordar las causas fundamentales. Reciba un guía de apoyo gratuita.

Mar 23: ADHD y El Cerebro (Inglés)
(virtual)

¡En este seminario web gratuito, analizaremos la causa raíz de los síntomas del ADHD, como la falta de atención y la impulsividad, y cómo abordar esta causa, en lugar de lidiar con los síntomas. ¡Obtenga consejos prácticos y reciba una guía de recursos gratuita!