



“I learned about how to help myself and my child regulate our emotions”  
*-Strength in Connection Participant*

# Strength in Connection: Thriving through Stress, Adversity and Trauma

*\*Spanish Session\**

## Date & Time

- **May 6-May 27, 2026**
- **Every Wednesday from 6:00pm to 7:30pm**
- 3 weekly virtual sessions and 1 in-person celebration session at 4Cs Hayward Office (22351 City Center Drive)

## Objectives

- Increase understanding of ACEs and trauma.
- Learn trauma-informed strategies for support.
- Engage and connect through interactive learning.

### FOR MORE INFORMATION, ELIGIBILITY & REGISTRATION:



Register at [4calameda.org/strength-in-connection](https://4calameda.org/strength-in-connection)

Or email Serena Michel, at [serenam@4c-alameda.org](mailto:serenam@4c-alameda.org)



*Facilitated by Sandra Gonzales-Pabón  
 Spanish Facilitator, The Black Women  
 Early Childhood Collective (BWECC LLC)*

### SPONSORED, FUNDED & FACILITATED BY





“Aprendí cómo ayudarme a mí misma y a mi hijo a regular nuestras emociones”  
 -Participante de Fortalecimiento en la Conexión

# Fuerza en la Conexión: Prosperando a través del Estrés, la Adversidad y el Trauma

*\*Sesión en español\**

## Hora & Fecha

- **06 de mayo-27 de mayo, 2026**
- **Todos los miércoles de 6:00 p.m. a 7:30 p.m.**
- 3 sesiones virtuales semanales y 1 sesión de celebración presencial en la oficina de 4Cs Hayward (22351 City Center Drive)

## Objetivos

- Aumentar la comprensión de los ACEs y el trauma.
- Aprende estrategias basadas en el trauma para brindar apoyo.
- Participa y conéctate mediante el aprendizaje interactivo.

### PARA MÁS INFORMACIÓN, ELEGIBILIDAD Y REGISTRO:



Register at [4calameda.org/strength-in-connection](https://4calameda.org/strength-in-connection)

O por correo a Serena Michel, [serenam@4c-alameda.org](mailto:serenam@4c-alameda.org)



*Facilitado por Sandra Gonzales-Pabón  
 Facilitadora de español, The Black Women Early Childhood Collective (BWECC LLC)*

**PATROCINADO, FINANCIADO Y FACILITADO POR**

