

THERAPEUTIC GROUP FOR FATHERS CONSCIOUS PARENTING

FACILITATED BY JOSE M. HERNANDEZ, MS, LAC

Are you a father who sometimes feels unsure how to emotionally connect with your children? Would you like to better understand their needs, heal your own childhood wounds, and become a present, empathetic, and conscious figure?

WHAT IS CONSCIOUS PARENTING?

A therapeutic support and emotional growth group designed especially for fathers, where you will learn to:

- Listen to your children's unspoken emotions
- Heal wounds from your own childhood
- Balance firmness with love and understanding
- Strengthen emotional bonds with your children
- Be a healthy emotional role model

EVERY
WEDNESDAY
3:00pm - 4:30pm

EACH SESSION INCLUDES:

- Reflective readings
- Experiential activities among fathers
- Safe spaces to share experiences
- Guided meditation to close the session
- Individual assignments and activities to do with your children

REGISTER NOW



520.375.5000



MARIPOSA
Your
COMMUNITY
HEALTH CENTER

BEHAVIORAL HEALTH

Mental health matters!

Transform the way you parent!

Being a good father doesn't mean having all the answers. It means being willing to learn and grow alongside your children.



GRUPO TERAPÉUTICO PARA

PADRES

PATERNIDAD CONSCIENTE

FACILITADO POR JOSE M HERNANDEZ MS. LAC



¿Eres padre y sientes que a veces no sabes cómo conectar emocionalmente con tus hijos? ¿Te gustaría entender mejor sus necesidades, sanar tus heridas de la infancia y convertirte en una figura presente, empática y consciente?

¿QUÉ ES *PATERNIDAD CONSCIENTE*?

Un grupo terapéutico de apoyo y crecimiento emocional diseñado especialmente para hombres padres de familia, donde aprenderás a:

- Escuchar las emociones no expresadas de tus hijos
- Sanar las heridas que arrastras desde tu propia niñez
- Equilibrar firmeza con amor y comprensión
- Fortalecer el vínculo afectivo con tus hijos
- Ser un modelo emocional saludable

**TODOS LOS
MIÉRCOLES**
3:00pm - 4:30pm

CADA SESIÓN INCLUYE:

- Lecturas reflexivas
- Dinámicas vivenciales entre padres
- Espacios seguros para compartir experiencias
- Meditación guiada para el cierre
- Tareas individuales y actividades para aplicar con tus hijos

REGISTRESE HOY



520.375.5000



MARIPOSA
Your
COMMUNITY
HEALTH CENTER

BEHAVIORAL HEALTH

Mental health matters!

Transforma tu forma de ser padre!

Ser un buen padre no significa tener todas las respuestas, sino estar dispuesto a aprender y crecer junto a tus hijos.

