

# Relaciones Saludables

Un grupo virtual, gratuito y educativo de conversaciones para personas que se identifican como mujeres hispanohablantes (16+) que desean explorar cómo construir y mantener relaciones saludables y significativas, fortalecer conexiones y reducir conflictos.

**Las reuniones se llevarán a cabo en español.** Juntas, compartiremos y discutiremos estrategias para fomentar el respeto, la confianza y una comunicación efectiva. Los temas incluyen:

- Habilidades de Comunicación Efectiva
- Construir Confianza a Través de la Conversación
- Establecer Límites Saludables
- Manejo de Conflictos con Respeto
- Fomentar Relaciones Respetuosas

## Comunicación saludable en las relaciones

14 de enero de 2025 | 6:30 - 8:00 p.m.

## Empoderarse: establecer límites en sus relaciones

11 de febrero de 2025 | 6:30 - 8:00 p.m.

## Ubicación

Virtual en Zoom

## Inscripción

Este grupo es gratuito.

Se requiere inscripción previa.

Para más información, llame a Family Service Toronto

**416.595.9618**

[sau@familyservicetoronto.org](mailto:sau@familyservicetoronto.org)



**FAMILY SERVICE TORONTO**  
For People. For Change.



**United Way**  
Greater Toronto