



# Take part in a FREE 8-week Family Life Education Course with the **UVU STRONGER FAMILIES PROJECT**

## Build On Your Family's Strengths & Values!

Using an **evidence-based, nationally-recognized curriculum**, we teach both parents and children how to improve their interaction and emotional patterns within the family.

In-person sessions will be delivered at various locations in Utah County.

**Classes begin the week of January 30<sup>th</sup> and are held one evening per week through Mar. 30<sup>th</sup>**

Except for the Parent-Only, all other classes are for the entire family. Sessions fill up quickly and space in the program is limited.

Spring Sessions:	Covered Topics:
<p><b>Tuesday Night:</b> Orem Jr. High 6:30-8:00 pm <b>*Whole Family</b></p> <p><b>Tuesday Night:</b> UVU Campus SFP House 6:30-8:00 pm <b>*Parent Only Spanish</b> <small>Newborns to 1-year-olds may stay with parents and 1-6-year-olds may attend a free educational childcare classroom during this time.</small></p> <p><b>Thursday Night:</b> Early Learning Essentials 6:30-8:00 pm <b>*Whole Family, only for families enrolled with ELE</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Healthy Patterns of Communication</li> <li>• Family Interpersonal Skills</li> <li>• Conflict Resolution</li> <li>• Emotional &amp; Mental Health</li> <li>• Positive Discipline</li> <li>• Problem Solving</li> <li>• Goal Setting and Achievement</li> <li>• Anger Management</li> <li>• Establishing Family Values</li> </ul>

**Apply at: <https://www.uvu.edu/sfp/apply/>**



Participe en un curso de educación para la vida familiar **GRATUITO** de 8 semanas con el **PROYECTO UVU FAMILIAS MÁS FUERTES**

## Mejorará las fortalezas y los valores de su familia

Utilizamos un plan de estudios basado en evidencia y reconocido a nivel nacional, enseñamos a los padres cómo mejorar sus interacciones y sus patrones de dinámica dentro de la familia.

**Las clases comienzan el 31 de enero y se llevan a cabo hasta el 28 de Marzo.  
Se llevan a cabo todos los martes de 6:30 a 8:00 PM  
en la casa de Stronger Families, 1140 S 400 W, Orem Utah.**

La clase de español será solo para padres. Se proporcionará cuidado de niños para niños de 6 años y menores (los niños 12 meses y menores se quedan con sus padres).  
Las sesiones se llenan rápidamente y el espacio en el programa es limitado.

### Temas cubiertos:

- Patrones saludables de comunicación
- Habilidades interpersonales familiares
- Resolución de conflictos
- Salud emocional y mental
- Disciplina positiva
- Resolución de problemas
- Establecimiento y logro de metas
- Control de la ira
- Establecimiento de valores familiares

**Registrarse en: <https://www.uvu.edu/sfp/apply/>**

strongerfamilies@uvu.edu • 801.863.7235 • [www.uvu.edu/sfp](http://www.uvu.edu/sfp)

[www.facebook.com/UVUStrongerFamiliesProject/](https://www.facebook.com/UVUStrongerFamiliesProject/)