

Vietnamese Mental Health SD presents

WHERE IS YOUR EMOTIONAL SAFETY?



The Courage to Connect

Join us for a **FREE** 2-hour workshop discovering tools for **emotional safety, healthy boundaries, and stronger family communication!**

- Presentations from **licensed mental health professionals**
- **Free vegetarian food**

Sunday, March 15th, 2026
11:00 AM - 1:00 PM

Như Lai Thiên Tự
3340 Central Ave, San Diego, CA 92105

Sign Up Form



<https://shorturl.at/dVRX9>



vietmentalhealthsd.com

Vietnamese Mental Health SD presents

TÌM LẠI CẢM GIÁC BÌNH YÊN TRONG BẠN



Sự Can Đảm Để Kết Nối

Hãy tham gia workshop miễn phí (2 giờ) để tìm hiểu: Công cụ an toàn cảm xúc, ranh giới lành mạnh và gắn kết giao tiếp gia đình!

- Trình bày từ các chuyên gia tâm lý chuyên nghiệp
- Phục vụ đồ chay miễn phí

Chủ Nhật, March 15th, 2026
11:00 AM - 1:00 PM

Như Lai Thiên Tự
3340 Central Ave, San Diego, CA 92105

Ghi danh tại đây



<https://shorturl.at/dVRX9>



vietmentalhealthsd.com