

PRESENTADO POR



LOS ANGELES COUNTY DEPARTMENT OF
Mental Health
hope. recovery. well-being.



TALLERES DE BIENESTAR

LA SALUD MENTAL

26 DE ENERO
9:30AM

¿Qué es la salud mental?
Acompáñenos para aprender técnicas de cuidado personal.

TRASTORNO DE ANSIEDAD

23 DE FEBRERO
9:30AM

¿Sufre de temor, miedo, inquietud, nerviosismo, fobias, o pánicos? Acompáñenos en esta charla para aprender de los diferentes tipos de ansiedad.

ABUSO INFANTIL

23 DE MARZO
9:30AM

Aprendamos como proteger a los niños y las señales de los diferentes tipos de abuso.

RECREATION PARK - 208 PARK AVE

DEPRESIÓN ESTACIONAL

8 DE FEBRERO
9:30AM

Conozcamos los periodos estacionales de la depresión como nos afectan en algunos periodos de nuestra vida.

PREVENCIÓN DE SUICIDIO

8 DE MARZO
9:30AM

Aprenda de las causas y origen del suicidio y conozcamos las señales en adolescentes y adultos para prevenir.

LAS PALMAS PARK - 505 S. HUNTINGTON ST.

Para más información o para registrarse, llame al 818-898-7340.

Aviso para el participante de Covid-19:

Todos los participantes, independientemente del estado de vacunación, deberán usar una máscara para ingresar a las instalaciones y mientras participan en cualquier clase o actividad. Se pide a cualquier persona que haya estado en contacto o experimente síntomas relacionados con Covid-19 que se quede en casa hasta que se le aclare.



THE CITY OF
SAN FERNANDO

Department of Recreation & Community Services