



# Mental Health Promoters



*Are you experiencing anxiety, depression, or uncertainty because of COVID-19?*

*Have you unfortunately lost a loved one due to COVID-19?*

*Would you like to learn more about emotional well-being?*



*The COVID-19 pandemic has created a sense of uneasiness, stress, uncertainty, and fear in many. As a result, individuals may experience anxiety, depression, and grief & loss amongst other stressors. During this time of uncertainty, the Mental Health Promoters are available to provide **FREE** virtually interactive educational presentations regarding emotional well-being. Though Promoters are not therapist, psychologist, or psychiatrist, they are well equipped to provide attendees with referral and linkage information.*

*The Department of Mental Health with San Miguel elementary school invite you to attend the following presentations related to emotional well-being at 5:00 pm*

*\*Presentations will be in Spanish*

1. 02/02/2021: COVID-19 and our emotional well-being
2. 02/09/2021: Emotional Wellbeing and the Brain: The effects of COVID-19
3. 02/16/2021: Mental Health & Stigma
4. 02/23/2021: Anxiety Disorders
5. 03/02/2021: Symptoms and Treatments of Depression
6. 03/09/2021: Family Violence Prevention
7. 03/16/2021: Drug and Alcohol Prevention
8. 03/23/2021: Stages of Grief and Loss
9. 03/30/2021: Child Abuse Prevention
10. 04/06/2021: Suicide Prevention
11. 04/13/2021: Childhood Disorders: Neurodevelopmental disorders
12. 04/20/2021: Childhood Disorders: Anxiety & Emotional disorders
13. 04/27/2021: Childhood Disorders: Other disorders
14. 05/04/2021: Traumatic Emotional Stress due to Immigration Climate

**Join us virtually via Zoom, join by clicking here:**

<https://www.zoom.us/join>

Meeting ID: 853 9588 3203

To coordinate a presentation or for more information please contact:

Emily Serna, LCSW

Phone: (213) 393-0899

[ESerna@dmh.lacounty.gov](mailto:ESerna@dmh.lacounty.gov)

or

Arthur Gomez

Phone: (213) 216-8735

[AGomez@dmh.lacounty.gov](mailto:AGomez@dmh.lacounty.gov)



# Promotores de Salud Mental

*¿Experimenta ansiedad, depresión o incertidumbre debido a COVID-19?*

*¿Desafortunadamente ha perdido a un ser querido debido a COVID-19?*

*¿Le gustaría aprender más sobre el bienestar emocional?*



*La pandemia de COVID-19 ha creado una sensación de inquietud, estrés, incertidumbre y miedo en muchos. Como resultado, las personas pueden experimentar ansiedad, depresión, duelo y pérdida, entre otros factores estresantes. Durante este tiempo de incertidumbre, los promotores de salud mental están disponibles para proporcionar presentaciones educativas GRATIS virtualmente e interactiva sobre el bienestar emocional. Aunque los Promotores no son terapeutas, psicólogos o psiquiatras, están equipados para proporcionar a los asistentes información de referencias y/o enlaces para las necesidades de la comunidad.*

*El Departamento de Salud Mental en colaboración con San Miguel Elementary les invita a Uds., padres de familia, a estos talleres relacionados al bienestar emocional a las 5:00 pm*

*\*Presentaciones serán en español*

1. 02/02/2021: Tiempo de COVID-19 y nuestro bienestar emocional
2. 02/09/2021: La Salud Emocional y el Cerebro: Los Efectos de COVID-19
3. 02/16/2021: Salud Mental e Estigma
4. 02/23/2021: Trastornos de Ansiedad
5. 03/02/2021: Síntomas y Tratamiento de Depresión
6. 03/09/2021: Prevención de Violencia Familiar
7. 03/16/2021: Prevención de Alcohol y Drogas
8. 03/23/2021: Etapas de Duelo y Perdida
9. 03/30/2021: Prevención de Suicidio
10. 04/06/2021: Prevención de Abuso Infantil
11. 04/13/2021: Trastornos de la Niñez: Trastornos de Neurodesarrollo
12. 04/20/2021: Trastornos de la Niñez: Trastornos de ansiedad y depresión
13. 04/27/2021: Trastornos de la Niñez: Otros Trastornos
14. 05/04/2021: Estrés Traumático Causado por Leyes Inmigratorias

**Los esperamos virtualmente por medio de Zoom, haga clic aquí:**

<https://www.zoom.us/join>

Meeting ID: 853 9588 3203

Para coordinar una presentación o mas información, por favor comuníquense con:

Emily Serna, LCSW

Número: (213) 393-0899

[ESerna@dmh.lacounty.gov](mailto:ESerna@dmh.lacounty.gov)

Arthur Gomez

Número: (213) 216- 8735

[AGomez@dmh.lacounty.gov](mailto:AGomez@dmh.lacounty.gov)