



# 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.

## Bellflower High School invites you to attend at 6:00 pm

1. 01/12/2021: COVID-19 and our emotional well-being
2. 01/19/2021: Mental Health & Stigma
3. 01/26/2021: Symptoms and Treatments of Depression
4. 02/02/2021: Anxiety Disorders
5. 02/09/2021: Family Violence Prevention
6. 02/16/2021: Drug and Alcohol Prevention
7. 02/23/2021: Stages of Grief and Loss
8. 03/02/2021: Child Abuse Prevention
9. 03/09/2021: Suicide Prevention
10. 03/16/2021: Childhood Disorders: Neurodevelopmental disorders
11. 03/23/2021: Childhood Disorders: Anxiety & Emotional disorders
12. 03/30/2021: Childhood Disorders: Other disorders
13. 04/20/2021: Traumatic Emotional Stress due to Immigration Climate *(only in Spanish)*
14. 04/27/2020: Emotional Well-being & The Brain: The Impact of COVID-19 *(Only in Spanish)*

**To join click here:** <https://lacoedu.zoom.us/j/84487247404?pwd=Y1RRWjVnRjFXMWFDeVBORXNuVUVrZz09>

Meeting ID: 844 8724 7404 Passcode: 354952

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.*

## **Bellflower los invita a las 6:00 pm**

1. 01/12/2021: Tiempo de COVID-19 y nuestro bienestar emocional
2. 01/19/2021: Salud Mental e Estigma
3. 01/26/2021: Síntomas y Tratamiento de Depresión
4. 02/02/2021: Trastornos de Ansiedad
5. 02/09/2021: Prevención de Violencia Familiar
6. 02/16/2021: Prevención de Alcohol y Drogas
7. 02/23/2021: Etapas de Duelo y Perdida
8. 03/02/2021: Prevención de Abuso Infantil
9. 03/09/2021: Prevención de Suicidio
10. 03/16/2021: Trastornos de la Niñez: Trastornos de Neurodesarrollo
11. 03/23/2021: Trastornos de la Niñez: Trastornos de ansiedad y depresión
12. 03/30/2021: Trastornos de la Niñez: Otros Trastornos
13. 04/20/2021: Estrés Traumático Causado por Leyes Inmigratorias
14. 04/27/2021: La Salud Emocional y El Cerebro: Los Efectos de COVID-19

**Para unirse haga clic aquí:** <https://lacoee-edu.zoom.us/j/84487247404?pwd=Y1RRWjVnRjFXMWFDeVBORXNuVUVrZz09>

Meeting ID: 844 8724 7404 Passcode: 354952

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)