

COMPARTIENDO ESPERANZA

¡Únanse este **13 de junio** a este grupo de apoyo para adultos viviendo con condiciones relacionadas a la salud mental!

Sabemos que todos tenemos salud mental igual como tenemos salud física, pero aún existe un estigma en hablar de estos temas. Por eso, queremos ofrecer la oportunidad de enfocarnos en ese aspecto de nuestras vidas con este grupo. Es importante tener un lugar donde podemos procesar nuestras emociones y pensamientos sin pena de sentirnos juzgados y a la misma vez podemos aprender de las experiencias de los otros participantes. Este grupo será facilitado por Jeliel Peña y Mayra Meraz y es completamente gratis para la comunidad.

Este grupo se reunirá
virtualmente cada
lunes empezando el
13 de junio a las
6:30pm - 8 pm

Si tiene preguntas por favor
mándenos un correo electrónico
a mayra@nami-eastside.org o
llámenos al (425) 885-6264



**REGÍSTRESE
AQUÍ:**

