



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.

1. COVID-19 and our emotional well-being
2. Emotional Wellbeing and the Brain: The Effects of COVID-19 *(only in Spanish)*
3. Mental Health & Stigma
4. Symptoms and Treatments of Depression
5. Anxiety Disorders
6. Stages of Grief and Loss
7. Drug and Alcohol Prevention
8. Family Violence Prevention
9. Suicide Prevention
10. Child Abuse Prevention
11. Childhood Disorders: Neurodevelopmental disorders
12. Childhood Disorders: Anxiety & Emotional disorders
13. Childhood Disorders: Other disorders
14. Traumatic Emotional Stress due to Immigration Climate *(only in Spanish)*

To coordinate a presentation or for more information please contact:

Emily Serna, LCSW

Phone: (213) 393-0899

ESerna@dmh.lacounty.gov

or

Arthur Gomez

Phone: (213) 216- 8735

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.

Los Promotores han recibido entrenamiento en los siguientes temas:

1. Tiempo de COVID-19 y nuestro bienestar emocional
2. La Salud Emocional y el Cerebro: Los Efectos de COVID-19 *(solo en español)*
3. Salud Mental e Estigma
4. Síntomas y Tratamiento de Depresión
5. Trastornos de Ansiedad
6. Etapas de Duelo y Perdida
7. Prevención de Alcohol y Drogas
8. Prevención de Violencia Familiar
9. Prevención de Suicidio
10. Prevención de Abuso Infantil
11. Trastornos de la Niñez: Trastornos de Neurodesarrollo
12. Trastornos de la Niñez: Trastornos de ansiedad y depresión
13. Trastornos de la Niñez: Otros Trastornos
14. Estrés Traumático Causado por Leyes Inmigratorias *(solo en español)*

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

Emily Serna, LCSW

Número: (213) 393-0899

ESerna@dmh.lacounty.gov

o Arthur Gomez

Número: (213) 216- 8735

AGomez@dmh.lacounty.gov