



Do you have a loved one that is affected by a mental illness?

You are not alone.



“Knowing that there are other people living in similar situations is something that makes me feel supported.” – NAMI Familia-a-Familia class participant

NAMI Family-to-Family, educational course

Class starts January!

FREE!

The NEXT class will start January 15th, 2019

11 weeks, every Tuesday

6:00 pm-8:30pm

In Salinas

Pre-registration required, space is limited

Call (831) 422-6264

Email: info@namimonterey.org

Visit: www.namimonterey.org

NAMI Family-to-Family is a **no cost**, 11 session educational course coordinated by NAMI Monterey County. The NAMI Family-to-Family course is for **family, caregivers, friends, and significant others** of adults living with mental health challenges. This course helps family members learn more about their loved one’s mental illness and ways to support them. The NAMI Family-to-Family Course will cover information on Schizophrenia, bipolar, major depression, and more; Signs and symptoms; Basics about the brain and medication; skills related to managing a crisis, solving problems and communicating effectively. Strategies for self-care. Guidance on locating appropriate local supports and services..... and more!



Do you have a loved one that is affected by a mental illness?

No esta Solo.



“Saber que hay otras personas que viven con problemas similares es algo que me hace sentir apoyado.” – Participante de la clase NAMI Familia-a-Familia

Programa educativo: NAMI Familia-a-Familia ¡Próxima clase en Ingles empieza Enero!

¡Gratis!

Próxima clase empieza en Enero 15, 2019

11 semanas, cada Martes

6:00 pm-8:30pm

En Salinas

Espacio es limitado, llámenos para registrarse y recibir mas detalles.

(831) 422-6264

Email: info@namimonterey.org

Visit: www.namimonterey.org

NAMI Familia-a-Familia es un programa educativo para familiares y cuidadores de personas que padecen de enfermedades mentales severas. Esta clase es una oportunidad para informarse y aprender sobre el trastorno de su ser querido para mejor apoyarlo/a. El programa dura 11 semanas y cubre las enfermedades como la esquizofrenia, el trastorno bipolar (maníaco depresión), la depresión severa, trastorno obsesivo compulsivo y pánico. Miles de familias describen el programa como “algo que cambio nuestras vidas.” El programa es enseñado por personas que tienen experiencia como familiares, y saben cómo es vivir con alguien que vive con algún reto de salud mental. Para más información llámenos.