

**¿Conoce a alguien que padece de
depresión.....ansiedad....bipolar.....
o esquizofrenia.....?**

Febrero 4 - Marzo 7th 2019 (5 semanas)
Cada Lunes y Jueves, 10:00am- 12:00 pm
En Salinas
(se requiere registrarse)

Contáctenos para registrarse en el curso de De Persona a Persona de NAMI
¡Regístrese AHORA!
Espacio limitado.

El programa De Persona a Persona de NAMI es **un curso gratuito compuesto de 5 sesiones para adultos que viven con los retos de un trastorno de salud mental- depresión, ansiedad, bipolar, esquizofrenia, etc.**

- Un curso educativo que se centra en la recuperación **brindando respeto, comprensión, motivación y esperanza.**
- Es **gratuito** y confidencial
- **2 veces por semana durante dos horas** (por 5 semanas)
- Es impartido por mentores capacitados que han experimentado los retos de un trastorno mental.
- Es una magnífica fuente de información acerca de la salud mental y la recuperación.
- Para personas personalmente afectadas por retos de salud mental.

“De Persona a Persona de NAMI me ha proporcionado un mejor entendimiento acerca de la enfermedad mental con la que vivo y de cómo manejarla.”- Participante

NAMI Monterey County
1020 Merrill St. Suite 1015
Salinas, CA 93901
831-422-NAMI (6264)
info@namimonterey.org



nami
National Alliance on Mental Illness

**Monterey
County**

**Do you know someone affected by
depression.....anxiety.....bipolar.....
or schizophrenia.....?**

**February 4th- March 7th 2019 (5 weeks)
Every Monday and Thursday, from 10:00 am -12:00 pm
In Salinas
(registration required)**

**Call us to register for De Persona a Persona de NAMI SPANISH educational course
Register NOW!
Space is limited.**

De Persona a Persona de NAMI is a **free**, **SPANISH** 5-session course designed for any adult living with a mental health challenge- depression, anxiety, bipolar, schizophrenia, etc.

De Persona-a-Persona de NAMI educational program is:

- A course designed to **encourage growth, healing, and recovery** among participants.
- **Free** and confidential
- Held **two times a week** for two hours (5 weeks)
- Taught by trained Peer Mentors living in recovery
- A great resource for information on mental health & recovery
- For individuals personally living with mental health challenges.

** This course will be taught in Spanish. NAMI also offers Peer-to-Peer English classes.*

“NAMI Peer-to-Peer gave me a better understanding of the mental illness I have and how to manage it.” - Participant

NAMI Monterey County
1020 Merrill St. Suite 1015
Salinas, CA 93901
831-422-NAMI (6264)
info@namimonterey.org

