

CAMINANTES



SE HA SENTIDO:

- ❖ Estresado/a, preocupado/a
- ❖ Con poco interés o placer en hacer las cosas
- ❖ Triste
- ❖ Desanimado/a, deprimida/a, o sin esperanza
- ❖ Con dolor físico
- ❖ Con problemas en dormir o mantenerse dormido/a, o duerme demasiado

Por favor llame a Alexandria (303-315-6141) para más información.

Estas clases son **GRATUITAS.**

No hay cuidado de niños

Local y fechas están aún por ser determinadas

El programa de Caminantes dura una hora y media por 5 semanas. Las familias van a obtener una base sólida de los conceptos fundamentales de la salud mental. También hablaremos sobre los servicios y los tratamientos disponibles para los problemas mentales que el estado de Colorado ofrece.



NAMI, la Alianza Nacional de Enfermedades Mentales (NAMI, por sus siglas en inglés), es la organización de salud mental más grande de los EEUU dedicada a mejorar las vidas de las personas con serias enfermedades mentales y las de sus familiares.