



# Sea la persona que sirva de ejemplo

Curso gratuito de Primeros Auxilios para la Salud Mental de los Jóvenes, para padres

Uno de cada cinco jóvenes tiene un problema de salud mental. ¿Sabe ayudarlos?

En solo **uno clase de 8 horas** usted aprenderá como puede ayudar a alguien con ansiedad, stress, e identificar, comprender, y responder a las señales de enfermedades y trastornos mentales por diferente razones.

Usted aprenderá:

- Señales y síntomas de los problemas comunes de salud mental y el abuso de sustancias
- La manera más adecuada para hablar con los jóvenes sobre la salud mental y la adicción
- Un plan de acción de 5 pasos a seguir para responder a una crisis
- Recursos locales y donde acudir para obtener ayuda

**El curso y los materiales serán en español.**

**Debe asistir a todas las 8 horas para recibir la certificación.**



SUPPORTED BY MEASURE K  
**LOCAL FUNDS LOCAL NEEDS**  
WWW.SMCGOV.ORG



## Fechas

**Sabado, 23 de Septiembre, 2017**  
**9:00am – 5:30pm**

Moonridge, 2001 Miramontes Point Rd,  
Half Moon Bay, CA 94019

**Almuerzo proporcionado.**

Por favor llene la forma adjunta y  
regrésela a Frances Lobos o Natalie  
Andrade

<https://tinyurl.com/9-23-17-YMHFA>

Regístrese antes del 16 de Septiembre 2017.

**Solo hay espacio para 30 personas.**

¿Preguntas?

Frances Lobos  
650-372-3272  
flobos@smcgov.org

Natalie Andrade  
650-372-8548  
nandrade@smcgov.org

