



National Alliance on Mental Illness

NAMI San Francisco

Ofreciendo apoyo de salud mental, educación, y apoyo para individuos y familias

NAMI BASES Y FUNDAMENTOS

CURSO EDUCATIVO DE 6 CLASES

CURSO GRATIS PARA PADRES Y CUIDADORES DE JÓVENES EXPERIMENTANDO
DESAFÍOS DE SALUD MENTAL.

NAMI Bases y Fundamentos es un programa gratis de seis sesiones diseñado para los padres y otros cuidadores familiares de niños y adolescentes con dificultades emocionales y conductuales. NAMI Bases y Fundamentos les ayuda a los padres, cuidadores y familiares a entender las enfermedades que están causando las dificultades conductuales y el rol importante de las familias en el tratamiento de esas enfermedades.

Temas de la clase incluyen:

- Gestionar crisis, resolver problemas y comunicarse de forma eficaz
- Cómo cuidarse y manejar el estrés
- Desarrollar la confianza para apoyar con compasión
- Abogar por los derechos de su hijo en la escuela y en los entornos de atención médica
- Aprender sobre los tratamientos actuales, incluidas las terapias basadas en la evidencia, los medicamentos y los efectos secundarios
- Obtener una visión general de la salud mental de la pública, los sistemas escolares y de justicia juvenil
- Recibir recursos de apoyo para ayudarle a navegar por estos sistemas
- Comprender los desafíos y el impacto de las condiciones de salud mental en toda su familia.



**¡Comenzamos el martes,
10 de Septiembre, 2024 de
7:00pm-900pm por 6
martes consecutivos vía
ZOOM.**

**Hay un limite del
número de
participantes.**

**Regístrese en línea escaneando
el código a través de este link:
www.namif.org/basics-spanish**



El programa está enseñado por maestros entrenados que también son los padres o cuidadores de individuos que experimentaron dificultades emocionales o conductuales antes de cumplir 13 años.

Para obtener más información, póngase en contacto:

Aracely Garcia: aracely@namif.org (inglés o español) o 916-796-6252

Ashley Brown: ashley@namif.org (inglés)