

Mental Wellness Series for older adults. Presented by the Los Angeles County Mental Health Promoters Program.



WELLNESS • RECOVERY • RESILIENCE

PRESERVING YOUR MEMORY

As we age we all have moments of forgetfulness. This presentation will provide useful tips and brain exercises to sharpen your thinking and help keep moments of forgetfulness to a minimum.

JOIN US VIRTUALLY:
FRIDAY, MAY 31, 2024
12PM - 1PM



Upcoming Presentations:

- Late-Life Transitions
Friday, Sept 27 (12-1PM)

REGISTER HERE:

WWW.SURVEYMONKEY.COM/R/PWCEWB



For more information, contact: PomonaWC@ph.lacounty.gov



Series de bienestar mental para adultos mayores. Presentado por el Programa de Promotores de Salud Mental del Condado de Los Ángeles.



WELLNESS • RECOVERY • RESILIENCE

PRESERVANDO SU MEMORIA

A medida que envejecemos, todos tenemos momentos de olvido. Esta presentación proporcionará consejos útiles y ejercicios cerebrales para agudizar su pensamiento y ayudar a mantener al mínimo los momentos de olvido.

ÚNASE CON NOSOTROS VIRTUALMENTE
MIÉRCOLES
15 DE MAYO 2024
12PM - 1PM



Próximas presentaciones:

- Transiciones en la vejez:
miercoles, 13 de sep (12-1PM)

REGÍSTRESE AQUÍ:

WWW.SURVEYMONKEY.COM/R/PWCEWB



Para obtener más información, comuníquese con: PomonaWC@ph.lacounty.gov

