POMONA WELLNESS COMMUNITY

LOS ANGELES COUNTY DEPARTMENT OF PUBLIC HEALTH

Fostering Hope - Healing - Purpose

FREE programs

For everyone in the family

Visit us online

Chat & Connect with a Nurse

Come and enjoy a free beverage with us! Get connected with the resources you need to live a healthy life.

Creative Wellness

Join us for a variety of classes exploring art and wellness, including art classes, dance, yoga and meditation.

Substance Use Disorders

Learn how to talk and communicate with loved ones or friends about the use and abuse of alcohol and drugs.

Computer & Tech

Learn computer basics, including apps, internet, smartphone and digital security.

Monthly Fresh Produce Giveaways & Nutrition Classes

Held every 2nd Wed of the month. Learn how to eat well on a budget. Food prep/cooking demos.

Fitness Classes

Yoga, Latin Dance Fitness and more! Improve cardiovascular endurance, muscle strength and flexibility. All ages welcome!

REGISTER FOR A FREE PROGRAM:
POMONAWC@PH.LACOUNTY.GOV | 909-802-2650 | PUBLICHEALTH.LACOUNTY.GOV/CHS/PWC.HTM

County of Los Angeles Public Health

9/30/2024

About Pomona Wellness Community

Pomona Wellness Community offers a place for community members to gather, find resources, or participate in wellness activities. Support includes mental health, substance use, and general health and wellness resources. All activities are FREE and open to the community. Virtual and walk-in services are available.

MENTAL HEALTH

Healing & Trauma Prevention activities include support groups, healing art workshops, classes, and resources to support the local community. Staff include a mental health expert so visitors can connect to mental health services and resources.

SUBSTANCE USE

CORE center
Connecting to Opportunities for Recovery and Engagement

CORE offers a welcoming environment where visitors can ask questions about Substance Use Disorders (also known as addictions) and get connected to prevention and treatment services.

HEALTH & WELLNESS

Health and wellness programs are designed to improve connections and health outcomes. In addition, clinic services such as immunizations are offered to those who do not have health insurance or a regular provider.

Mental Health Services

Tri-City Mental Health, a PWC partner, provides mental health support

- Mental health screening
- Link to mental health services

For all Tri-City programs, please call or email:
wellness@tricitymhs.org
888-593-4448

Substance Use Services

- Substance use disorder screenings
- Referrals for substance use prevention and treatment services
- Substance abuse presentations

Substance Abuse Service Helpline (SASH) - Toll-free, 24/7
1-844-804-7500

POMONA WELLNESS COMMUNITY

LOS ANGELES COUNTY DEPARTMENT OF PUBLIC HEALTH

Fostering Hope - Healing - Purpose

Actividades comunitarias GRATUITAS

Para todos en la familia

Conectese por Internet

Hablar y Conectar con una Enfermera

¡Venga y disfrute de una bebida gratis con nosotros! Conéctese con los recursos que necesita para vivir una vida saludable.

Clases de Computación

Aprenda conceptos básicos de informática, como aplicaciones, Internet, teléfonos inteligentes y seguridad digital.

Reconosca y Responda a un Sobredosis

Aprenda 3 pasos que son importantes para poder administrar Naloxona a una persona que no esta respondiendo por causa de un sobredosis de Opioides.

Educación sobre el abuso de drogas y alcohol

Aprenda como platicar y comunicar con tu queridos o amistades sobre el uso y abuso de alcohol y Drogas.

Productos Frescos Gratis y Clases de Nutrición

Cada **segundo** miercoles del mes. Aprenda a comer saludable con un presupuesto limitado. Clases de nutrición y demostraciones de comida.

Ejercicio Baile Latino

Mejora la resistencia cardiovascular, fuerza muscular, flexibilidad, tu estado de ánimo y tu conexión social. ¡Todas las edades son bienvenidas!

REGÍSTRESE PARA UN PROGRAMA GRATUITO:

POMONAWC@PH.LACOUNTY.GOV | 909-802-2650 | PUBLICHEALTH.LACOUNTY.GOV/CHS/PWC.HTM

County of Los Angeles Public Health

9/30/2024

Acerca de Pomona Wellness Community

Pomona Wellness Community ofrece un lugar para que los miembros de la comunidad se reúnan, encuentren recursos o participen en actividades de bienestar. El apoyo incluye recursos para la salud mental, el uso de sustancias y la salud general y el bienestar. Todas las actividades son GRATUITAS y abiertas a la comunidad. Se encuentran disponibles servicios virtuales y sin cita previa.

SALUD MENTAL

Las actividades de Sanación y Prevención de Trauma incluyen grupos de apoyo, talleres de arte curativo, clases y recursos para apoyar a la comunidad local. El personal incluye un experto en salud mental para que los visitantes puedan conectarse con los servicios y recursos de salud mental.

USO DE SUSTANCIAS

CORE center
Connecting to Opportunities for Recovery and Engagement

CORE ofrece un entorno acogedor donde los visitantes pueden hacer preguntas sobre los trastornos por uso de sustancias (también conocidos como adicciones) y conectarse con los servicios de prevención y tratamiento.

SALUD Y BIENESTAR

Las programas de salud y bienestar están diseñados para mejorar las conexiones y los resultados de salud. Además, los servicios de la clínica, como las vacunas, se ofrecen a quienes no tienen seguro médico o un proveedor habitual.

Servicios de salud mental

Tri-City Mental Health, es socio con PWC, y ofrece soporte de salud mental

- Evaluación de salud mental
- Referencia a servicios de salud mental

Para todos los programas por favor llámenos o mándenos un email a:
wellness@tricitymhs.org
888-593-4448

Uso de sustancias servicios

- Exámenes de detección de trastornos por uso de sustancias
- Referencias para servicios de tratamiento y prevención del uso de sustancias
- Presentaciones de abuso de sustancias

Línea de Servicios de Abuso de Sustancias (SASH) - Llamada gratis, 24/7
1-844-804-7500