



FEBRUARY 2025

Free Wellness Programs



- Zev Yaroslavsky Family Center - Van Nuys
- El Cariso Regional Park - Sylmar
- Crescenta Valley Comm. Park - La Crescenta
- Castaic Sports Complex
- San Fernando Health Center



CONTACT US
 (818) 904-8953
 SPA2@ph.lacounty.gov



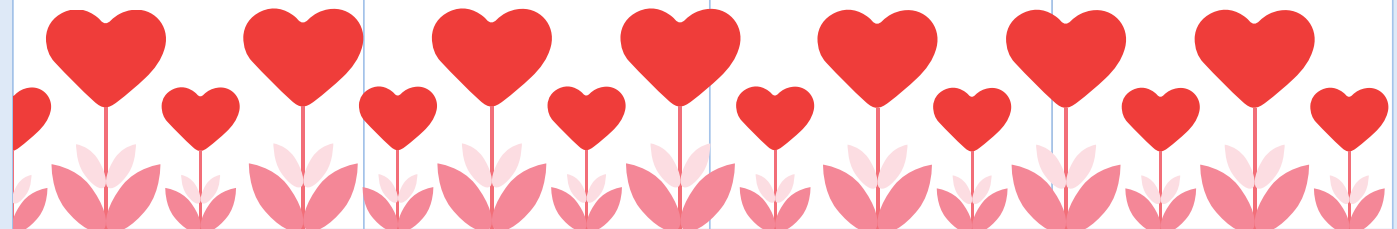
WEBSITE
<http://publichealth.lacounty.gov/chs/SPA2>

Join us at one of our locations above. All activities, classes, & workshops are **FREE** and open to the community!

To learn more about other classes happening at our locations, open your phone camera and scan the QR code!



| MONDAY | TUESDAY | WEDNESDAY | THURSDAY |
|---|--|--|--|
| 3 | Zev Yaroslavsky Wellness Programs - Van Nuys 4 Healthier Living Workshop - English Series 1 Location: JOS 9:00 AM - 11:30 AM | Zev Yaroslavsky Wellness Programs - Van Nuys 5 Menstrual Product Distribution and Resource Table Location: Zev Lobby 10:00 AM - 12:00 PM CORE: Recognizing and Responding to an Overdose Location: SEQ 1:00 PM - 2:00PM | Free Food Distribution - Van Nuys 6 Zev Yaroslavsky Family Support Center While supplies last! 9:30 AM - 12:00 PM |
| El Cariso Regional Wellness Programs - Sylmar 10 Community Resource Table 10:30 AM - 12:00 PM Alzheimer's Association: Healthier Living Presentation in Spanish 11:00 AM - 12:00 PM | Zev Yaroslavsky Wellness Programs - Van Nuys 11 Healthier Living Workshop - English Series 1 Location: JOS 9:00 AM - 11:30 AM Crescenta Valley Wellness Programs - La Crescenta Mental Health Presentation: Promoting Whole Person Well-being 10:00 AM - 11:00 AM Community Resource Table 10:00 AM - 12:00 PM | Zev Yaroslavsky Wellness Programs - Van Nuys 12 Car Seat Safety Workshop Location: JOS and SEQ 10:00 AM - 12:00 PM Stop the Bleed Workshop Location: JOS 2:00 PM - 3:00 PM | Castaic Wellness Programs 13 Community Resource Table 10:00 AM - 12:00 PM Mental Health Presentation: Promoting Whole Person Well-being 11:00 AM - 12:00 PM |
| 17 | Zev Yaroslavsky Wellness Programs - Van Nuys 18 Healthier Living Workshop - English Series 1 Location: JOS 9:00 AM - 11:30 AM Breastfeeding Support Group Location: Valley Presbyterian Hospital Health Education Center 10:00 AM - 11:00 AM | Zev Yaroslavsky Wellness Programs - Van Nuys 19 Alzheimer's Association: 10 Warning Signs Presentation Location: SEQ 10:00 AM - 11:00 AM Help Me Grow Cafe Location: JOS 11:00 AM - 12:00 PM | 20 |
| Zev Yaroslavsky Wellness Programs - Van Nuys 24 Car Seat Checkup Events Location: Event held in the parking lot (Enter through Saticoy Ave.) 10:00 AM - 2:00 PM San Fernando Valley Wellness Programming - VIRTUAL CORE: Recognizing and Responding to an Overdose 11:00 AM - 12:00PM | Zev Yaroslavsky Wellness Programs - Van Nuys 25 Healthier Living Workshop - English Series 1 Location: JOS 9:00 AM - 11:30 AM | Zev Yaroslavsky Wellness Programs - Van Nuys 26 Community Resource Table Location: Zev Lobby 9:00 AM - 12:00 PM | 27 |



OTHER EVENTS



African American Infant & Maternal Mortality (AAIMM)

Join our initiative as we work toward reducing African American Infant Maternal Mortality. For additional information, please contact: Aqueelah Russell at arussell@ph.lacounty.gov

CHECK OUT OUR EVENTBRITE

for more information and to sign up for events!

SCAN ME! >>>



Presentation Requests

What is Speakers' Bureau?

The Speakers' Bureau is a helpful service from the Los Angeles County Department of Public Health (DPH). It connects communities with trained DPH staff who give presentations on different health topics. These talks are for everyone, like community groups, students, faith-based groups, health professionals, county workers, and parents.

Here's what the Speakers' Bureau can do:

Speaking Requests:

- We can talk at community meetings, conferences, health fairs, and professional meetings.

Community Outreach:

- The Speakers' Bureau is like a central place that organizes health activities all over Los Angeles County. We keep track of these activities and can help with them.

Emergency Response:

- When there are health problems like COVID-19 or others, the Speakers' Bureau helps with talks to groups who want to learn more.

For more information on presentation topics and how to make a request, scan the QR code!

LINK TO SPEAKERS' BUREAU

SCAN ME!



Wellness Programming Addresses

Zev Yaroslavsky Family Support Center

7555 Van Nuys Blvd, Van Nuys, CA 91405

El Cariso Regional Park

13100 Hubbard St, Sylmar, CA 91342

Castaic Sports Complex

31320 N Castaic Rd, Castaic, CA 91384

Crescenta Valley Community Park

3901 Dunsmore Ave, La Crescenta-Montrose, CA 91214

San Fernando Health Center

1212 Pico St, San Fernando, CA 91340

HOW TO ATTEND EVENTS & WORKSHOPS

1

CHOOSE YOUR EVENT

2

RSVP OR WALK-IN

Get your tickets on Eventbrite or walk-in on the day of the event.

3

SEE YOU THERE!

Save the date, tell your friends and family and we'll see you there!





FEBRERO 2025

Programas de Bienestar Gratuitos



- Zev Yaroslavsky Family Center - Van Nuys
- El Cariso Regional Park - Sylmar
- Crescenta Valley Comm. Park - La Crescenta
- Castaic Sports Complex
- San Fernando Health Center



CONTÁCTENOS
(818) 904-8953
SPA2@ph.lacounty.gov



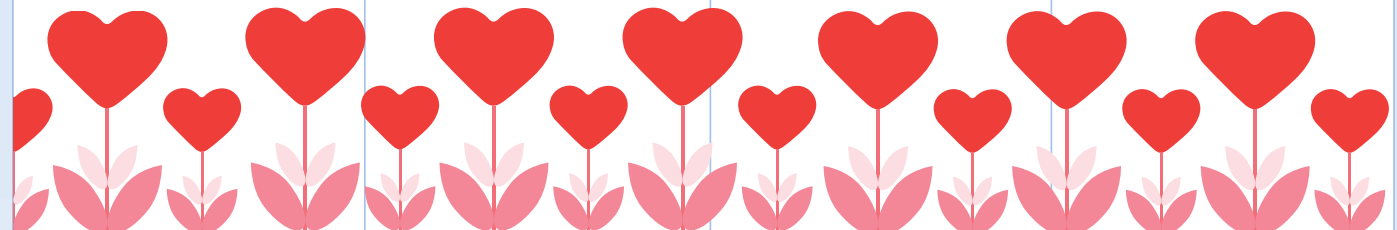
SITIO WEB
<http://publichealth.lacounty.gov/chs/SPA2>

Venga a una de nuestras ubicaciones de arriba. Todas las actividades, clases y talleres son **GRATIS** y están abiertos a la comunidad.

¡Para obtener más información sobre otras clases que se ofrecen en nuestros centros, abre la cámara de tu teléfono y escanea el código QR!



| LUNES | MARTES | MIÉRCOLES | JUEVES |
|--|--|---|---|
| 3 | Programas de Bienestar de Zev Yaroslavsky - Van Nuys 4 Viviendo Su Mejor Vida - Tomando Control de su Salud - Serie 1 en Inglés Localización: JOS 9:00 AM - 11:30 AM | Programas de Bienestar Zev Yaroslavsky - Van Nuys 5 Distribución de Productos Menstruales y Mesa de Recursos Comunitarios Localización: Vestíbulo del Centro de Zev 1:00 PM - 3:00 PM CORE: Reconociendo y Respondiendo a una Sobredosis Localización: SEQ 1:00 PM - 2:00 PM | Distribución Gratuita de Alimentos - Van Nuys 6 Zev Yaroslavsky Family Support Center ¡Hasta agotar existencias! 9:30 AM - 12:00 PM |
| Programas de Bienestar del Parque Regional El Cariso - Sylmar 10 Mesa de Recursos Comunitarios 10:30 AM - 12:00 PM Asociación de Alzheimer: Presentación en español sobre Una Vida Más Saludable 11:00 AM - 12:00 PM | Programas de Bienestar de Zev Yaroslavsky - Van Nuys 11 Viviendo Su Mejor Vida - Tomando Control de su Salud - Serie 1 en Inglés Localización: JOS 9:00 AM - 11:30 AM Programas de Bienestar de La Crescenta Presentación sobre salud mental: Promover el Completo Bienestar de la Persona 10:00 AM - 11:00 AM Mesa de Recursos Comunitarios 10:00 AM - 12:00 PM | Programas de Bienestar Zev Yaroslavsky - Van Nuys 12 Taller Sobre Asientos de Seguridad Localización: Salón JOS Y SEQ 10:00 AM - 12:00 PM Taller Stop the Bleed Localización: JOS 2:00 PM - 3:00 PM | Programas de Bienestar del Parque Regional de Castaic 13 Mesa de Recursos Comunitarios 10:00 AM - 12:00 PM Presentación sobre salud mental: Promover el Completo Bienestar de la Persona 11:00 AM - 12:00 PM |
| 17 | Programas de Bienestar de Zev Yaroslavsky - Van Nuys 18 Viviendo Su Mejor Vida - Tomando Control de su Salud - Serie 1 en Inglés Localización: JOS 9:00 AM - 11:30 AM Grupo de Apoyo a la Lactancia Materna Localización: Valley Presbyterian Hospital Health Education Center 10:00 AM - 11:00 AM | Programas de Bienestar de Zev Yaroslavsky - Van Nuys 19 Asociación de Alzheimer: Presentación de 10 Señales de Advertencia Localización: SEQ 10:00 AM - 11:00 AM Ayúdame a Crecer Café Localización: Red Y Pine 11:00 AM - 12:00 PM | 20 |
| Programas de Bienestar de Zev Yaroslavsky - Van Nuys 24 Revisión Del Asiento Del Coche Localización: Evento se llevará a cabo en el estacionamiento (Entrar por Saticoy Ave.) 10:00 AM - 2:00 PM Programas de Bienestar del Valle de San Fernando - VIRTUAL CORE: Reconociendo y Respondiendo a una Sobredosis 11:00AM - 12:00PM | Programas de Bienestar de Zev Yaroslavsky - Van Nuys 25 Viviendo Su Mejor Vida - Tomando Control de su Salud - Serie 1 en Inglés Localización: JOS 9:00 AM - 11:30 AM | Programas de Bienestar de Zev Yaroslavsky - Van Nuys 26 Mesa de recursos comunitarios Localización: Vestíbulo del Centro de Zev 9:00 AM - 12:00 PM | 27 |



OTROS EVENTOS



African American Infant & Maternal Mortality (AAIMM)

Participe en nuestra iniciativa para reducir la mortalidad materna infantil de los afroamericanos. Si desea más información, contacte a Aqueelah Russell a: arussell@ph.lacounty.gov

VISITE NUESTRA PÁGINA EN EVENTBRITE

¡para más información y para inscribirse en los eventos!

¡ESCANÉAME!



Pedidos de Presentaciones

¿Qué es el Speakers' Bureau?

Speakers' Bureau es un servicio útil del Departamento de Salud Pública del Condado de Los Ángeles (DPH). Este servicio pone en contacto a las comunidades con personal capacitado del DPH que ofrece presentaciones sobre diferentes temas de salud. Estas presentaciones son para todos, como grupos comunitarios, estudiantes, grupos religiosos, profesionales de la salud, trabajadores del condado y padres de familia.

Esto es lo que puede hacer Speakers' Bureau:

Pedidos de discursos:

- Podemos hablar en reuniones comunitarias, conferencias, ferias de salud y reuniones profesionales.

Promoción comunitaria:

- La Oficina de Oradores es como un lugar central que organiza actividades de salud en todo el condado de Los Ángeles. Hacemos un seguimiento de estas actividades y podemos ayudar con ellas.

Respuesta a emergencias:

- Cuando hay problemas de salud como COVID-19 y otras, la Oficina de Oradores ayuda con presentaciones a grupos que quieren aprender más.

Para más información sobre temas de presentación y cómo hacer un pedido, ¡escanee el código QR!

ENLACE PARA EL SPEAKERS' BUREAU

¡ESCANÉAME!



Direcciones de Programación de Bienestar

Zev Yaroslavsky Family Support Center

7555 Van Nuys Blvd, Van Nuys, CA 91405

El Cariso Regional Park

13100 Hubbard St, Sylmar, CA 91342

Castaic Sports Complex

31320 N Castaic Rd, Castaic, CA 91384

Crescenta Valley Community Park

3901 Dunsmore Ave, La Crescenta-Montrose, CA 91214

San Fernando Health Center

1212 Pico St, San Fernando, CA 91340

CÓMO ASISTIR A EVENTOS Y TALLERES

1

ELIJA SU EVENTO DE PREFERENCIA

2

CONFIRME SU ASISTENCIA O VISITE SIN CITA PREVIA

Consiga sus entradas en Eventbrite o sin cita previa el día del evento.

3

¡NOS VEMOS ALLÍ!

Reserve la fecha, cuénteselo a sus amigos y familiares y ¡nos vemos allí!

