

MLK Community Healing and Trauma Prevention Center
Free Workshop Schedule

March 2025

11833 S. Wilmington Ave., Los Angeles 90059

MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY	SATURDAY
<p>AZTEC DANCE <i>Healing through dance</i> Every Monday 6:00 PM – 8:00 PM <i>In-person, CER Room</i> <i>*Except, March 31st</i> <i>(Holiday)</i></p>	<p>MINDFUL MEDITATION Every Tuesday 1:00 PM – 1:20 PM <i>In-person, Healing Room</i></p> <p>BEADS & BONDING <i>Exploring mental health first aid awareness through bracelet making</i> March 11th 4:00 PM – 8:00 PM <i>In-person, CER Room</i></p> <p>CORE WORKSHOPS <i>Substance Use in our Community</i> March 11th 11:30 AM <i>Phone:323-776-6996 Pin No: 995-430-872#</i> <i>Or, Click Here</i></p>	<p>NEW CHALLENGES <i>Mental health support group with licensed clinicians</i> Every Wednesday 2:30 PM – 4:00 PM <i>In-person, Healing Room</i></p> <p>PAINT & SIP <i>Canvas painting</i> March 12th 4:30 PM – 7:00 PM <i>In-person, CER Room</i></p> <p>HELP ME GROW <i>This is safe space to gather, support other parents, share stories and experience, plus learn about important resources for child development or special health care needs.</i> March 19th 4:30 PM – 6:30PM <i>In-person, Healing Room</i></p> <p>HEALING HORIZONS <i>Provide trauma informed workshop for Willowbrook residents and surrounding communities.</i> March 26th 5:30 PM – 7:30 PM <i>In-person, CER Room</i></p>	<p>AZTEC DANCE <i>Healing through dance</i> Every Thursday 6:00 PM – 8:00 PM <i>In-person, CER Room</i></p> <p>TASTY THURSDAY <i>FREE produce giveaway</i> March 6th & 20th 12:00 PM <i>*Until supplies last</i> <i>In-person, CER Room</i></p> <p>CORE WORKSHOPS <i>Understanding the Risk of Cannabis</i> March 13th 10:00 AM <i>Phone:323-776-6996</i> <i>Pin No: 842-119-02#</i> <i>Or, Click Here</i></p>	<p>CORE WORKSHOPS <i>Recognizing and responding to an overdose</i> March 14th 10:00 AM <i>Phone:323-776-6996</i> <i>Pin No: 842-119-02#</i> <i>Or, Click Here</i></p>	<p>PBS SoCal: Family Math Workshop Series <i>Family Math Workshop designed to help parents and caregivers of children ages 2-5 support math learning at home in fun and engaging ways.</i> March 1st & 15th 9:30 AM – 1:30 PM <i>In-person, CER Room</i></p>

MLK Community Healing and Trauma Prevention Center

Horario de Talleres Gratuitos

Marzo 2025

11833 S. Wilmington Ave., Los Angeles 90059

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO
<p>DANZA AZTECA <i>Sanacion a través de la danza</i> Cada Lunes 6:00 PM – 8:00 PM <i>En persona, Sala CER</i></p>	<p>MEDITACIÓN CONSCIENTE Cada Martes 1:00 PM – 1:20 PM <i>En persona, Sala de curación</i></p> <p>CUENTAS Y CONEXION <i>Explora la concientización sobre primeros auxilios de salud mental a través de la fabricación de pulseras Ofreciendo un espacio terapéutico para la expresión y la relajación.</i> 11 de marzo 4:00 PM – 8:00 PM <i>En persona, Sala CER</i></p> <p>CORE TALLERES <i>Su adolescente y el uso de sustancias</i> 18 de marzo 10:00 AM <i>Teléfono: 323-776-6996 Nº de pin: 678-370-764# O, Haga Clic Aqui!</i></p> <p>CORE TALLERES <i>Como reconocer y responder ante una sobredosis administrando naloxona</i> 25 de Marzo 10:00 AM <i>Teléfono: 323-776-6996 Nº de pin: 638-661-772# O, Haga Clic Aqui!</i></p>	<p>NUEVOS DESAFIOS <i>Grupo de apoyo de salud mental con médicos licenciados</i> Cada Miercoles 2:30 PM – 4:00 PM <i>En persona, Sala de curación</i></p> <p>PINTAR Y BEBER <i>Clase de pintar</i> 12 de marzo 4:30 PM – 7:00 PM <i>En persona, Sala CER</i></p> <p>HELP ME GROW LA CAFÉ DE PADRES Y FAMILIA <i>Un espacio seguro para reunirse, apoyar a otros padres, compartir historia y experiencias, además de aprender sobre recursos importantes para el desarrollo infantil o las necesidades especiales de salud</i> 19 de marzo 4:30 PM - 6:30 PM <i>En persona, Sala HC</i></p> <p>HORIZONTES CURATIVOS <i>Proporcionar un taller informado sobre traumas para los residentes de Willowbrook y las comunidades circundantes</i> 26 de marzo 5:30 PM - 7:30 PM <i>En persona, Sala HC</i></p>	<p>DANZA AZTECA <i>Sanacion a través de la danza</i> Cada Jueves 6:00 PM – 8:00 PM <i>En persona, Sala CER</i></p> <p>JUEVES SABROSO <i>Surtido de alimentos gratis</i> 6 y 20 de marzo <i>(El primero y tercer jueves)</i> 12:00 PM <i>*Hasta agotar existencias En persona, Sala CER</i></p> <p>CORE TALLERES <i>Reconocer y responder a una sobredosis con naloxona</i> 27 de marzo 10:00 AM <i>Teléfono: 323-776-6996 Nº de pin: 384-752-899# O, Haga Clic Aqui!</i></p>		<p>PBS TALLERES DE MATEMÁTICAS EN FAMILIA <i>Taller familiar de matemáticas diseñado para ayudar a los padres y cuidadores de niños de 2 a 5 años a apoyar el aprendizaje de matemáticas en casa de maneras divertidas y atractivas.</i> 1 y 15 de marzo 11:00 AM <i>En persona, Sala CER</i></p>