

MLK Community Healing and Trauma Prevention Center

Free Workshop Schedule

January 2026

11833 S. Wilmington Ave., Los Angeles 90059

MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
AZTEC DANCE <i>Healing through dance</i> Every Monday 6:00 PM – 7:00 PM <i>In-person, CER Room</i>	MINDFUL WALKS <i>Mindful walks to bring focus and calm</i> Every Tuesday 9:00 AM – 9:30 AM <i>In-person, Meet in front of MLK</i> MINDFUL MEDITATION Every Tuesday 1:15 PM – 1:45 PM <i>In-person, Healing Room</i> VIRTUAL CORE WORKSHOP <i>Substance Use in Your Community</i> January 6th 10:00 AM – 11:00 AM <i>To register contact Luis Renteria: 323-568-8188</i>	MINDFUL WALKS <i>Mindful walks to bring focus and calm</i> Every Wednesday 9:00 AM – 9:30 AM <i>In-person, Meet in front of MLK</i> VIRTUAL CORE WORKSHOP <i>Understanding the risk of Cannabis</i> January 7th 10:00 AM – 11:00 AM <i>To register contact Luis Renteria: 323-568-8188</i> 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> BEADS & BONDING <i>Exploring mental health first aid awareness through bracelet making</i> January 14th 12:00 PM – 4:00 PM <i>In-person, Healing Room</i> PAINT & SIP <i>Canvas painting</i> January 14th 4:30 PM – 7:00 PM <i>To register contact: (213)822-4116</i> <i>In-person, CER Room</i>	HEALING HORIZONS <i>Provide trauma informed workshop for Willowbrook community members</i> January 28th 5:00 PM – 7:00 PM <i>In-person, CER Room</i>	VIRTUAL CORE WORKSHOP <i>Recognizing and Responding to an Overdose with Naloxone</i> January 8th 10:00 AM – 11:00 AM <i>To register contact Luis Renteria: 323-568-8188</i> CAFECITO CHATS <i>Join us as we discuss mental health topics and enjoy a cup of coffee</i> January 15th 10:00 AM – 11:00 AM <i>In-person, Healing Room</i> TASTY THURSDAY <i>FREE produce giveaway</i> January 15th 12:00 PM <i>*Until supplies last</i> <i>In-person, CER Room</i> AZTEC DANCE <i>Healing through dance</i> Every Thursday 6:00 PM – 7:00 PM <i>In-person, CER Room</i>	NO WORKSHOPS ARE SCHEDULED AT THE MOMENT

MLK Community Healing and Trauma Prevention Center
Horario de Talleres Gratuitos

Enero 2026

11833 S. Wilmington Ave., Los Angeles 90059

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
DANZA AZTECA <i>Sanacion a través de la danza</i> Cada Lunes 6:00 PM – 7:00 PM <i>En persona, Sala CER</i>	CAMINATAS CONSCIENTES <i>Caminatas conscientes para aportar concentración y relajación</i> Cada Martes 9:00 AM – 9:30 AM <i>Presencial, encuentro frente a MLK</i>	CAMINATAS CONSCIENTES <i>Caminatas conscientes para aportar concentración y relajación</i> Cada Miercoles 9:00 AM – 9:30 AM <i>Presencial, encuentro frente a MLK</i>	DANZA AZTECA <i>Sanacion a través de la danza</i> Cada Jueves 6:00 PM – 7:00 PM <i>En persona, Sala CER</i> <i>*Excepto, 01/22/25</i>	NO HAY TALLERES PROGRAMADOS EN ESTE MOMENTO
	MEDITACIÓN CONSCIENTE Cada Martes 1:15 PM – 1:45 PM <i>En persona, Sala de curación</i>	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> 14 de enero 12:00 PM – 4:00 PM <i>En persona, Sala de curación</i>	CAFECITO CHARLAS <i>Únete a nosotros mientras hablamos sobre temas de la salud mental y tomarnos un cafecito</i> 15 de enero 10:00 AM – 11:00 AM <i>En persona, Sala de curación</i>	
	TALLER VIRTUAL DE CORE <i>Uso de sustancias en su comunidad</i> 13 de enero 10:00 AM – 11:00 AM <i>Para registrarse, comuníquese con Luis</i> <i>Rentería: 323-568-8188</i>	PINTAR Y BEBER <i>Clase de pintar</i> 14 de enero 4:30 PM – 7:00 PM <i>Para registrarse, comuníquese: (213)822-4116</i> <i>En persona, Sala CER</i>	TALLER VIRTUAL DE CORE <i>Sus adolescents y el uso de sustancias</i> 15 de enero 10:00 AM – 11:00 AM <i>Para registrarse, comuníquese con Luis</i> <i>Rentería: 323-568-8188</i>	
		TALLER VIRTUAL DE CORE <i>Comprender los riesgos del consumo de cannabis</i> 14 de enero 10:00 AM – 11:00 AM <i>Para registrarse, comuníquese con Luis</i> <i>Rentería: 323-568-8188</i>	JUEVES SABROSO <i>Surtido de alimentos gratis</i> 15 de enero 12:00 PM <i>*Hasta agotar existencias</i> <i>En persona, Sala CER</i>	