

MLK Community Healing and Trauma Prevention Center
Free Workshop Schedule

JUNE 2024

| 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></p> | <p>MINDFUL MEDITATION Every Tuesday 1:00 PM – 1:20 PM <i>*In-person, Healing Room</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> <i>*No sessions on June 19th</i></p> <p>LOSS AND GRIEF SUPPORT <i>Support group for those who have lost a loved one</i> Every Wednesday 4:30 PM – 6:30 PM <i>*In-person, Healing Room</i> <i>*No sessions on June 19th</i></p> <p>PAINT & SIP <i>Canvas painting</i> June 12th 4:30 PM – 7:00 PM <i>*In-person, CER Room</i></p> <p>HEALING HORIZONS <i>Hosted by On my Grind Reentry Services Inc. Trauma informed workshops for residents of Willowbrook</i> June 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> June 6th & 20th (1st and 3rd Thursday) 12:00 PM <i>*Until supplies last</i> <i>*In-person, CER Room</i></p> <p>CORE WORKSHOPS <i>Prevention and substance abuse workshop</i> June 13th Naloxone Training 9:00 AM <i>*Virtual/English/Click link</i> To join by phone call 323-776-6996 PIN#: 670-305-89#</p> <p>PRENATAL YOGA <i>This class highlights body awareness and self-advocacy to aid in minimizing the infant and maternal mortality rates of African American women.</i> June 13th & 27th 1:00 PM – 2:30 PM <i>*In-person, CER Room</i></p> | <p>NATIONAL DIABETES PREVENTION PROGRAM <i>Hosted by A Vision of Health, initiative in the US aimed at preventing or delaying the onset of type 2 diabetes among people at high risk.</i> June 7th, 14th & 21st 11:30 AM – 1:30 PM <i>*In-person, Healing Room</i></p> <p>CORE WORKSHOPS <i>Prevention and substance abuse workshop</i> June 7th Teen and Substance Use 9:00 AM <i>*Virtual/English/Click link</i> To join by phone call 323-776-6996 PIN#: 487-293-672# June 21st Risk of Cannabis 9:00 AM <i>*Virtual/English/Click link</i> To join by phone call 323-776-6996 PIN#: 859-206-939</p> <p>CLERGY BREAKFAST <i>Hosted by Los Angeles County Department of Mental health inviting faith-based leadership, community organization and community members.</i> June 21st 9:00 AM – 12:00 PM <i>*In-person, CER Room</i></p> | <p>JUNETEENTH FATHERS DAY CELEBRATION <i>Hosted by AAIMM and Star Status gather to celebrate black Father's and their families with community baby shower and vital resources for their birthing journey.</i> June 8th 12:00 PM – 3:00 PM <i>*In-person, CER Room</i></p> <p>PBS SoCal Family Math Workshop <i>Family math workshop designed to help parents and caregivers of children 2-5 support math learning at home.</i> June 15th 11:00 AM – 12:00 PM <i>*In-person, CER Room</i></p> <p>CHILL & GRILL FATHERS DAY CELEBRATION <i>Hosted by Ultimate Restoration Unlimited celebrating the fathers of South LA</i> June 22nd 12:00 PM – 4:00 PM <i>*In-person, CER Room</i></p> |

MLK Community Healing and Trauma Prevention Center
Horario de Talleres Gratuitos

Junio 2024

| LUNES | MARTES | MIERCOLES | JUEVES | VIERNES | SABADO |
|--|---|--|--|---|---|
| <p>DANZA AZTECA <i>Sanacion a traves 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>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> *19 de junio cerrado por día festivo</p> <p>LA PERDIDA Y EL DOLOR <i>Grupo de apoyo para aquellos que han perdido a un ser querido</i> Cada Miercoles 4:30 PM – 6:30 PM <i>En persona, Sala de curación</i> *19 de junio cerrado por día festivo</p> <p>PINTAR Y BEBER <i>Clase de pintar</i> 12 de junio 4:30 PM – 7:00 PM <i>En persona, Sala CER</i></p> <p>HORIZONTES CURATIVOS <i>Talleres de trauma para residentes de Willowbrook</i> 26 de junio 5:30 PM – 7:30 PM <i>En persona, Sala CER</i></p> | <p>DANZA AZTECA <i>Sanacion a traves de danza</i> Cada Jueves 6:00 PM – 8:00 PM <i>En persona, Sala CER</i></p> <p>JUEVES SABROSO <i>Surtido de producto gratis</i> 6 y 20 de junio <i>(El primer y tercer jueves)</i> 12:00 PM <i>*Hasta agotar existencias</i> <i>En persona, Sala CER</i></p> <p>CORE TALLERES <i>Talleres de prevención y abuso de sustancias</i> 13 de Junio 11:00 AM Naloxona <i>Virtual/Espanol/haga clic en el enlace</i></p> <p><i>*Para atender por telefono</i> Llame 323-776-6996 Pin# 859-206-939#</p> <p>YOGA PRENATAL <i>Esta clase destaca la conciencia corporal y la autodefensa para ayudar a minimizar las tasas de mortalidad materna e infantil de las mujeres afroamericanas.</i> 13 y 27 de Junio 1:00 PM – 2:30 PM <i>En persona, Sala CER</i></p> | <p>PROGRAMA NACIONAL DE PREVENCIÓN DE LA DIABETES <i>Organizado por A Vision of Health, una iniciativa destinada a prevenir o retrasar la aparición de diabetes tipo 2 entre personas con alto riesgo de padecer la enfermedad.</i> 7, 14 & 21 de junio 11:30 AM – 1:30 PM <i>En persona, Sala de curación</i></p> <p>CORE TALLERES <i>Talleres de prevención y abuso de sustancias</i> 7 de junio 11:00 AM Su adolescente y el Uso de Sustancias <i>Virtual/Espanol/haga clic en el enlace</i> <i>*Para atender por telefono</i> Llame 323-776-6996 Pin# 487-293-672#</p> <p>21 de junio 11:00 AM El Riesgo de Marijuana <i>Virtual/Espanol/haga clic en el enlace</i> <i>*Para atender por telefono</i> Llame 323-776-6996 Pin# 859-206-939#</p> <p>DESAYUNO DE CLERO <i>Organizado por el Departamento de Salud Mental del Condado de Los Angeles, invitando a líderes religiosos, organizaciones comunitarias y miembros de la comunidad.</i> 21 de junio 9:00 AM – 12:00 PM <i>En persona, Sala CER</i></p> | <p>JUNETEENTH CELEBRACIÓN DEL DÍA DEL PADRE <i>Organizado por AAIMM y Star Status se reúnen para celebrar a los padres Afro-Americanos y sus familias con un baby shower comunitario y recursos vitales para su viaje de parto.</i> 8 de junio 12:00 PM – 3:00 PM <i>*En persona, Sala CER</i></p> <p>PBS SoCal TALLER FAMILIAR DE MATEMATICAS <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</i> 15 de junio 11:00 AM – 12:00 PM <i>*En persona, Sala CER</i></p> <p>CELEBRACIÓN DEL DÍA DEL PADRE <i>Organizado por Ultimate Restoration Unlimited celebrando a los padres del sur de Los Angeles</i> 22 de junio 12:00 PM – 4:00 PM <i>* En persona, Sala CER</i></p> |