

MLK Community Healing and Trauma Prevention Center
Free Workshop Schedule

OCTOBER 2024

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, October 14th (Federal 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> October 8th 4:00 PM – 8:00 PM <i>*In-person, CER Room</i></p> <p>HEALING HORIZONS <i>Provide trauma-informed workshop for Willowbrook residents and surrounding communities</i> October 15th 6:00 PM – 7:00 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></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></p> <p>PAINT & SIP <i>Canvas painting</i> October 9th 4:30 PM – 7:00 PM <i>*In-person, CER Room</i></p> <p>CORE WORKSHOPS <u>Treatment & Healthcare for individuals in need of SUD</u> October 2nd 10:00 AM <i>Phone: 323-776-6996</i> <i>Pin No: 934-800-7#</i> <i>Or,ClickHere!</i></p> <p><u>Health Consequences of Substance Use</u> October 16th 10:00 AM <i>Phone: 323-776-6996</i> <i>Pin No: 758-180-853#</i> <i>Or,ClickHere!</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> October 3rd & 17th (1st and 3rd Thursday) 12:00 PM <i>*Until supplies last</i> <i>*In-person, CER Room</i></p> <p>CAL FRESH NUTRITION EDUCATION <i>Nutrition class</i> October 3rd & 17th 11:00 AM – 1:00 PM <i>*In-person, Healing Room</i></p> <p>CORE WORKSHOPS <u>Health Consequences of Substance Use</u> October 10th 10:00 AM <i>Phone: 323-776-6996</i> <i>Pin No: 103-679-000#</i> <i>OrClickHere!</i></p> <p>MENTAL HEALTH WELLNESS <i>Support group meeting for community to gather to discuss mental health and wellness</i> October 3,17, & 24th 11:00 AM – 12:00 PM <i>*In-person, Healing Room</i></p>	<p>HELP ME GROW LA PARENT AND FAMILY CAFÉ! <i>A safe space to gather, support other parents, share stories and experiences, plus learn about important resources for child development or special health care needs.</i> October 18th 9:30 AM – 10:30 AM <i>*In-person, CER Room</i></p>	<p>PBS FAMILY WORKSHOP <i>Hosted by PBS SoCal join the family math workshop designed to help parents and caregivers of children ages 2-5 support math learning at home.</i> October 12th 12:00 PM – 2:00 PM <i>*In-person, CER Room</i></p>

MLK Community Healing and Trauma Prevention Center

Horario de Talleres Gratuitos

OCTUBRE 2024

11833 S. Wilmington Ave., Los Angeles 90059

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> <i>Excepto, el 14 de octubre (Feriado Federal)</i></p>	<p>MEDITACIÓN CONSCIENTE Cada Martes 1:00 PM – 1:20 PM <i>En persona, Sala de curación</i></p> <p>CORE TALLERES <i>Talleres de prevención y abuso de sustancias</i></p> <p>Reconocer y responder a una sobredosis con naloxona 22 de octubre 10:00 AM <i>Phone: 323-776-6996</i> <i>Pin No: 554-567-365#</i> O, Haga Clic Aqui!</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>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></p> <p>PINTAR Y BEBER <i>Clase de pintar</i> 9 de octubre 4:30 PM – 7:00 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> 3 y 17 de octubre <i>(El primer y tercer jueves)</i> 12:00 PM <i>*Hasta agotar existencias</i> <i>En persona, Sala CER</i></p> <p>EDUCACIÓN DE NUTRICIÓN DEL CAL FRESH 3 y 17 de octubre 11:00 AM – 12:00 PM <i>En persona, Sala de curación</i></p> <p>CORE TALLERES <i>Talleres de prevención y abuso de sustancias</i></p> <p>Su adolescente y el vapeo 17 de octubre 10:00 AM <i>Phone: 323-776-6996</i> <i>Pin No: 354-261-667#</i> O, Haga Clic Aqui!</p>	<p>CORE TALLERES <i>Talleres de prevención y abuso de sustancias</i></p> <p>Comprender el riesgo del consume de cannabis 25 de octubre 10:00 AM <i>Phone: 323-776-6996</i> <i>Pin No: 655-109-998#</i> O, Haga Clic Aqui!</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, ademas de aprender sobre recursos importantes para el desarrollo infantil o las nescesidades especiales de salud</i> 18 de octubre 09:30 AM – 10:30 AM <i>En persona, Sala CER</i></p>	<p>TALLER FAMILIAR DE PBS <i>Organizado por PBS SoCal, únase al 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> 12 de octubre 12:00 PM – 2:00 PM <i>En persona, Sala CER</i></p>