



# NAMI Familia-a-Familia

National Alliance on Mental Illness

Encuentra ayuda. Encuentra esperanza.



*"Saber que hay otras personas que viven con problemas similares es algo que me hace sentir apoyado."*

*--Participante de la clase NAMI Familia-a-Familia*

**Programa educativo: NAMI Familia-a-Familia**  
**¡Próxima clase empieza en Enero, inscríbese ahora!**  
**¡GRATIS!**

**Empieza en Enero 2018**

**Clase dura 12 semanas**

**En Salinas**

**Espacio es limitado, llámenos para registrarse y recibir más detalles.**

**(831) 422-6264 or (831)402-4939**

**Email: [info@namimonterey.org](mailto:info@namimonterey.org) Visite: [www.namimonterey.org](http://www.namimonterey.org)**

**NAMI Familia-a-Familia** es un programa educativo para familiares y cuidadores de personas que padecen de enfermedades mentales severas. Esta clase es una oportunidad para informarse y aprender sobre el trastorno de su ser querido para mejor apoyarlo/a. El programa dura 12 semanas y cubre las enfermedades como la esquizofrenia, el trastorno bipolar (maníaco depresión), la depresión severa, trastorno obsesivo compulsivo y pánico. Miles de familias describen el programa como "algo que cambio nuestras vidas." El programa es enseñado por personas que tienen experiencia como familiares, y saben cómo es vivir con alguien que vive con algún reto de salud mental. Para más información llámenos.



# NAMI Familia-a-Familia

National Alliance on Mental Illness

Find help. Find hope.



*Knowing that there are other people living in similar situations is something that makes me feel supported."*

*-NAMI Familia-a-Familia class participant*

**Educational Program: NAMI FAMILIA-A-FAMILIA**  
**Next Spanish Class starts January, register today!**

**FREE!**

**The class will start January 2018**

**12 weeks**

**In Salinas**

**Pre-registration required, space is limited**

**Call (831)422-6264 or (831)402-4939**

**Email: [info@namimonterey.org](mailto:info@namimonterey.org) Visit: [www.namimonterey.org](http://www.namimonterey.org)**

**NAMI Familia-a-Familia** is a **no cost**, 12 session educational course coordinated by NAMI Monterey County. The NAMI Familia-a-Familia course is for **family, caregivers, friends, and significant others** of adults living with mental health challenges. This course helps family members learn more about their loved one's mental illness and ways to support them...**IN SPANISH!** The NAMI Familia-a-Familia Education Course will cover: Information on Schizophrenia, bipolar, major depression, and more; Signs and symptoms; Basics about the brain and medication; Skills related to managing crises, solving problems and communicating effectively. Strategies for self-care. Guidance on locating appropriate local supports and services ..... and more!