



## Grupos de apoyo gratuitos para manejar la depresión, la salud mental y el bienestar.

**Aprende nuevas habilidades para manejar mejor la depresión, y obtén apoyo de nuestra comunidad de pares con experiencias en común.**

¡No se requiere seguro médico, diagnóstico o registro!

El Programa LiveWell® está recomendado por expertos en salud mental.

**Todos los jueves a las 7:30pm EST (tiempo del Este)**

*Únete con el zoom meeting ID: 765 994 0130*

*O visita nuestro sitio web:*

**[www.livewell-foundation.org/español](http://www.livewell-foundation.org/español)**

National Latino Behavioral Health Association **NLBHA**



**GARCES FOUNDATION**



**galaei**  
QTBIPOC RADICAL SOCIAL JUSTICE