

# Sentimientos de Crisis durante una Pandemia

El Centro Regional Lanterman en colaboración con Worksite Wellness L.A., les invita a participar en el taller sobre la Depresión durante la pandemia.

- ¿Qué es la Depresión?
- ¿Cuáles son los diferentes niveles de la depresión?
- ¿Cuáles son los signos y síntomas mas comunes de la depresión?
- ¿Cómo romper el ciclo de la depresión?
- ¿Cuales son las técnicas para prevenir la de-

**Se requiere  
Registración  
Espacio limitado**

213-252-5600

Joe Perales

[jperales@lanterman.org](mailto:jperales@lanterman.org)

**PRESENTADO  
POR:**



WORKSITE WELLNESS L.A.  
HEALTHY WORKERS, HEALTHY WORKSITES



**FECHA**

20 de Agosto

**HORARIO**

2:00pm –4:00pm

**DONDE**

A través de

