



GRATIS Y CONFIDENCIAL



COVID-19 Grupo de Apoyo

Para cualquier persona que experimente estrés durante este tiempo de COVID-19

Regístrese Hoy!



***Grupos se reunirán virtualmente




Construyendo conexiones y resiliencia en tiempos de incertidumbre.

Como se puede **REGISTRAR:**

1. Llamar y dejar mensaje al **(925) 939-1916 extensión 124**
2. Si no recibe respuesta en 48 horas favor de llamar al **211** ó **800-833-2900** y pregunté por Clarisa

Temas del grupo incluyen:

- Comprender los estresantes 
- Estrategias de afrontamiento
- Fuerza para compartir
- COVID y el duelo



CONTRA COSTA
CRISIS CENTER