

# CAMINO A LA ESPERANZA HOPE EN VIVO

## SESIONES EDUCATIVAS SOBRE LA PREVENCIÓN DEL SUICIDIO

“Camino a la Esperanza” (Path to Hope Live) es una serie educativa vía ZOOM sobre la prevención del suicidio, la salud mental y creyendo fortaleza personal en tiempos difíciles. Habrá varios presentadores, temas íntimos e historias personales que nos van a conectar con nuestra comunidad. Estos eventos serán 100% gratuitos al público y ofrece oportunidad de aprender cómo vivir mejor en tiempos de perturbación.



**Angelina Caporale**  
Enfermedades Crónicas y Como  
Imponer Límites

**19 de noviembre de 2020**  
**4:00PM-5:30PM**



**Kelechi Ubozoh**  
Racismo y la Salud

**3 de diciembre de 2020**  
**4:00PM-5:30PM**



**Daphne Willis**  
Técnicas para Enfrentar  
el Aislamiento

**10 de diciembre de 2020**  
**4:00PM-5:30PM**



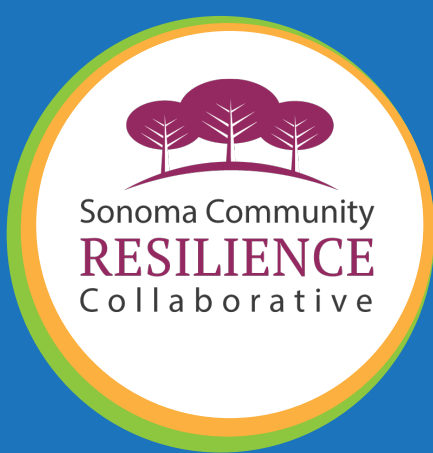
**Adrienne Heinz**  
Creando Fortaleza para Dueños  
de Empresarias

**17 de diciembre de 2020**  
**8:30AM-10:00AM**



**Eki Shola**  
El Poder de Música para Sanar  
el Corazón

**7 de enero de 2021**  
**4:00PM-5:30PM**



**Sonoma Community  
Resilience Collaborative**  
“La Comunidad se Cuida  
a Si Misma”

**14 de enero de 2021**  
**4:00PM-5:30PM**



**Informe “desde la primera  
línea: historias de nuestros  
héroes comunitarios en  
servicio a la salud mental”**

**21 de enero de 2021**  
**4:00PM-5:30PM**

Para más información o para inscribirse, visite:  
<https://www.stjoesonoma.org/community-outreach/upcoming-events>

*Cada sesión será traducida al español.*

En asociación con