



NAMI NJ en Español / NAMI NJ in Spanish

Noviembre-Diciembre 2022 / November-December 2022

Happy Holidays! Felices fiestas!



NAMI NJ en Español wishes you and your loved ones a happy, safe and peaceful holiday!

NAMI Sharing Hope - Compartiendo Esperanza



¿De qué se trata el programa Compartiendo Esperanza?

Compartiendo Esperanza es una serie de videos de tres partes que explora el viaje del bienestar mental en las comunidades hispanas/latinas a través del diálogo, la narración de historias y una discusión guiada sobre los siguientes temas:

- Jóvenes y Bienestar Mental: "Sanando Juntos"/"Healing Together" Video y Guía de Facilitación (Español | Inglés)
- Líderes Comunitarios y Bienestar Mental: "Las Raíces de Nuestra Sanación" Video y Guía de Facilitación (Español | Inglés)
- Familias Latinx y Bienestar Mental: "La Mesa" Video y Guía de Facilitación (Español | Inglés)

NAMI NJ en Español, un afiliado de NAMI, ofrece el programa "Compartiendo Esperanza de NAMI".

Contáctenos para programar una presentación de Compartiendo Esperanza de NAMI



Para más Información:

Contáctanos a:
Neithy Barreiro
NAMI NJ en Español Program Coordinator
1562 Route 130, North Brunswick, NJ 08902
Número de teléfono: 732-940-0991 Ext:113
Correo electrónico:
enespanol@naminj.org

Acerca de NAMI

NAMI es la organización comunitaria de salud mental más grande de la nación, y su propósito es que millones de personas que tienen condiciones de salud mental tengan una vida mejor. NAMI NJ en Español es un afiliado de NAMI NJ. NAMI NJ en Español junto con líderes y miembros voluntarios dedicados trabajan incansablemente para crear conciencia y proporcionar programas de educación básica, activismo y grupos de apoyo para personas en nuestra comunidad con condiciones de salud mental y sus seres queridos.

Compartiendo Esperanza es una serie de videos de tres partes que explora el viaje del bienestar mental en las comunidades hispanas/latinas a través del diálogo, la narración de historias y una discusión guiada sobre los siguientes temas:

- Jóvenes y Bienestar Mental: "Sanando Juntos"/"Healing Together" Video y Guía de Facilitación (Español | Inglés)
- Líderes Comunitarios y Bienestar Mental: "Las Raíces de Nuestra Sanación" Video y Guía de Facilitación (Español | Inglés)
- Familias Latinx y Bienestar Mental: "La Mesa" Video y Guía de Facilitación (Español | Inglés)

Contáctenos para programar una presentación de Compartiendo Esperanza.

Sharing Hope is a three-part video series that explores the mental wellness journey in Hispanic/Latino communities through dialogue, storytelling, and guided discussion on the following topics:

- Youth and Mental Wellbeing: "Sanando Juntos"/"Healing Together" Video and Facilitation Guide (Spanish | English)
- Community Leaders and Mental Wellness: "The Roots of Our Healing" Video and Facilitation Guide (Spanish | English)
- Latinx Families and Mental Wellness: "La Mesa" Video and Facilitation Guide (Spanish | English)

Contact us to schedule a Sharing Hope presentation.

**Mes Nacional de los Cuidadores Familiares/
National Family Caregivers Month**

por todo el sacrificio y trabajo realizado para la cosecha.

Thanksgiving Day in the United States is celebrated on the fourth Thursday of November each year. Traditionally it is a time to give thanks for all the sacrifice and hard work done for the harvest.

Cómo la cultura y la identidad se cruzan con la salud mental/

How Culture and Identity Intersect with Mental Health



Nuestra publicación más reciente en el blog, "**Cinco consejos para hacer frente a la doble discriminación**", muestra la historia de Ashley Nestler, MSW, y una sobreviviente del trastorno esquizoafectivo. Ella nos dice que "Merecemos validación y comprensión tanto como cualquier otra persona".

Our latest blog post, "**Five Tips to Cope with Double Discrimination**" showcases the story of Ashley Nestler, an MSW, and survivor of schizoaffective disorder. She tells us that "We deserve validation and understanding just as much as anyone else."

¿Desea ser voluntario? /

Do you want to become a volunteer?

¿Desea ser voluntario?

¿Vives con una condición de salud mental? ¿Sientes que estás en el camino de la recuperación? ¿Sientes pasión por contar tu historia a grupos públicos para mejorar las cosas para los demás?

Nuestro programa IOOV está diseñado para cambiar actitudes, suposiciones e ideas sobre las personas con problemas de salud mental. Capacitamos a las personas para que den presentaciones sobre cómo es tener una condición de salud mental.

Para obtener más información sobre nuestras oportunidades de voluntariado, haga clic en la imagen a continuación, o envíenos un email a ioov@naminj.org.

Do you want to become a volunteer?

Do you live with a mental health condition? Do you feel like you are on the path to recovery? Do you feel a passion to tell your story to public groups in order to

make things better for others?

Our IOOV program is designed to change attitudes, assumptions, and ideas about people with mental health conditions. We train individuals to give presentations about what it's like to have a mental health condition.

To learn more about our volunteer opportunities, click the image below, or send us an email to ioov@naminj.org



NAMI En Nuestra Propia Voz
National Alliance on Mental Illness

Nuestro programa IOOV está diseñado para cambiar actitudes, suposiciones e ideas sobre las personas con problemas de salud mental. Capacitamos a las personas para que den presentaciones sobre cómo es tener una condición de salud mental.

¿Desea ser voluntario?
¿Vives con una condición de salud mental? ¿Sientes que estás en el camino de la recuperación? ¿Sientes pasión por contar tu historia a grupos públicos para mejorar las cosas para los demás? Ven a ser voluntario con nosotros si cumples estas condiciones:

1. 18 años o más (en la fecha de capacitación)
2. Bilingüe en español e inglés
3. Vivir con una condición de salud mental

NAMI In Our Own Voice
National Alliance on Mental Illness

Our IOOV program is designed to change attitudes, assumptions and ideas about people with mental health conditions. We train individuals to give presentations about what it's like to have a mental health condition.

Do you want to become a volunteer?
Do you live with a mental health condition? Do you feel like you are on the path to recovery? Do you feel a passion to tell your story to public groups in order to make things better for others? Come to volunteer with us if you fulfill these conditions:

1. Age 18 or over (by the training date)
2. Bilingual in Spanish and English
3. Live with a mental health condition

En nuestro esfuerzo por abordar la salud mental, buscamos personas compasivas, empáticas y de buen corazón dispuestas a ser voluntarios como presentadores capacitados en nuestro programa. Si conoces a alguien, por favor comparte esta información con ellos. Para mayor información: llamar al 888-803-3413 o email espanol@naminj.org	In our efforts to address mental health, we are looking for compassionate, empathetic, and kindhearted individuals willing to volunteer as trained presenters in our program. If you know of anyone, please share this information with them. For more information: call 888-803-3413 or email espanol@naminj.org
--	---



SCAN ME

Grupo de Apoyo Familiar en línea / Support Groups Online



NAMI NJ en Español ofrece grupos de apoyo y autoayuda familiar mensual para los miembros de familia que viven con un ser querido con alguna condición o diagnóstico de salud mental, cada segundo martes de cada mes, de 7:00pm - 8:30pm ET.

Próximas reuniones: **Martes 8 de Noviembre y 13 de Diciembre, 2022**

Por favor regístrese para obtener el enlace de Zoom.

[Registrarse aquí](#)



NAMI NJ en Español offers a monthly Family support group in Spanish for caring family members with a loved one with mental illness, on the second Tuesday of every month, 7:00pm - 8:30pm ET.

Upcoming meetings: **Tuesday, November 8th, and December 13th, 2022**

Please register to obtain a Zoom link for the meeting.

[Register here](#)

NAMI Conexión / NAMI Connection



NAMI Conexión ofrece un grupo de apoyo mensual para adultos que viven con un diagnóstico de salud mental, cada tercer martes de cada mes, 7:00pm - 8:30pm ET.

Próxima reunión: **Martes 15 de Noviembre y 20 de Diciembre, 2022**

Por favor regístrese para obtener el enlace de Zoom.

[Registrarse aquí](#)



NAMI Connection offers a monthly recovery support group for adults living with mental health issues, on the third Tuesday of every month, 7:00pm - 8:30pm ET.

Upcoming meeting: **Tuesday, November 15th and December 20th, 2022**

Please register to obtain a Zoom link for the meeting.

[Register here](#)

NAMI de Familia a Familia / NAMI Family-to-Family



Un curso gratuito de 8 semanas ofrecido virtualmente a través de Zoom para familiares y guardianes de individuos que viven con alguna condición o diagnóstico de salud mental.

Las clases y el material son gratis.

Manténgase atento para las siguientes clases.



A free 8-week course offered virtually via Zoom for family and caregivers of individuals with mental illness.

Classes and materials are free.

Stay tuned for the next classes.

En Nuestra Propia Voz de NAMI NAMI In Our Own Voice



Nuestro programa **En Nuestra Propia Voz** está diseñado para cambiar actitudes, suposiciones e ideas sobre las personas con problemas de salud mental. Capacitamos a las personas para que den presentaciones sobre cómo es tener una condición de salud mental.



Our **IOOV** program is designed to change attitudes, assumptions, and ideas about people with mental health conditions. We train individuals to give presentations about what it's like to have a mental health condition.

Outreaches 2022





NJ - Información sobre la vacuna para el COVID-19/ NJ COVID-19 Vaccine Information

Nueva Jersey está introduciendo las vacunas de COVID-19 paso a paso para llegar a todos los adultos, que viven, trabajan, o estudian en el estado. Aprenda sobre las vacunas COVID-19 del CDC.

Beneficios de vacunarse contra el COVID-19

New Jersey is rolling out COVID-19 vaccines step-by-step to serve all adults who live, work, or study in the state. Learn about COVID-19 vaccines from CDC.

Benefits of getting a COVID-19 Vaccine

Rutgers University Behavioral Healthcare

University Behavioral Health Care Mission

Rutgers Health: University Behavioral Health Care is dedicated to a mission of excellence that includes the delivery of evidence-based and compassionate behavioral health and addiction services to individuals and families across New Jersey, advancing the science through programmatic research, and educating the next generation of health care professionals.

ubhc.rutgers.edu

We will come to you!

Serving residents of Middlesex County, New Jersey

#RutgersWeCare Program

Serving Middlesex County, New Jersey
(732) 235 - 5000

<https://ubhc.rutgers.edu/clinical/community-based-programs.xml>

#RutgersWeCare

La Universidad de Rutgers está ofreciendo un nuevo programa, #RutgersWeCare, uno de los programas más nuevos de Rutgers-UBHC, que atiende a la comunidades latina y de color (niños y adultos) en el condado de

Middlesex, afectada por COVID19.

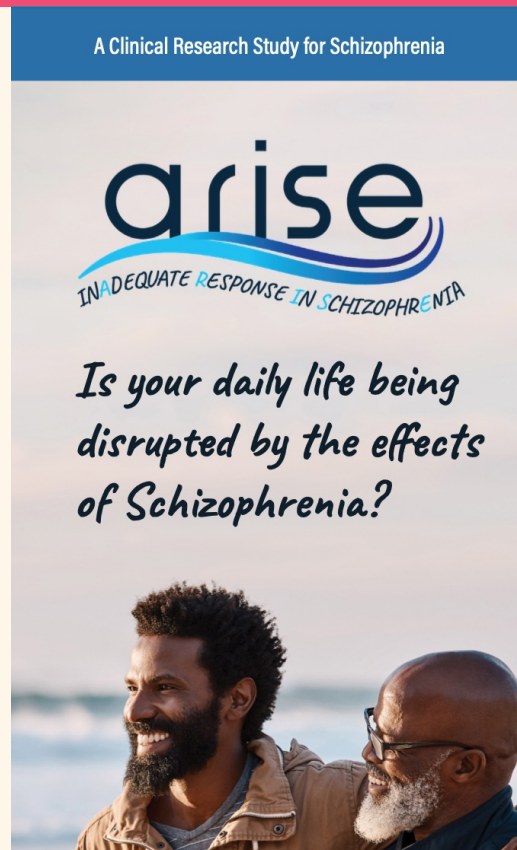
Echa un vistazo al folleto

#RutgersWeCare

Rutgers University is offering a new program, #RutgersWeCare - one of the newest Rutgers-UBHC programs, serving the LatinX and Black communities (children and adults) in Middlesex County, impacted by COVID19.

Take a look at the brochure

Ensayos clínicos y proyectos de investigación / Clinical Trials & Research Projects



Si la esquizofrenia está alterando su vida diaria, conozca el estudio de investigación clínica ARISE

La esquizofrenia es un trastorno mental grave que interfiere con la interpretación de la realidad de una persona. Los problemas con el pensamiento, el comportamiento y las emociones son comunes y generalmente requieren terapia continua. Para muchos, los tratamientos actuales pueden no ser suficientes para controlar los síntomas, por lo que el estudio ARISE aborda una respuesta inadecuada en la esquizofrenia.

El objetivo del estudio ARISE es evaluar la seguridad y la eficacia de un medicamento en investigación para la esquizofrenia en comparación con las opciones de tratamiento actuales y también en combinación con ellas.

Las personas pueden calificar para el estudio si:

- Tienes de 18 a 55 años
- Han sido diagnosticados con esquizofrenia
- Tener un cuidador o una persona de confianza para ayudar con las actividades de estudio según sea necesario.
- Cumplir con criterios adicionales de salud y estudio

El reembolso de gastos de bolsillo razonables para viajes y alojamiento puede estar disponible para personas calificadas.

Echa un vistazo al [folleto](#) y al detalle de la [investigación](#)

If Schizophrenia Is Disrupting Your Daily Life, Learn About the ARISE Clinical Research Study

Schizophrenia is a serious mental disorder that interferes with a person's interpretation of reality. Problems with thinking, behavior, and emotions are common and usually require ongoing therapy. For many, current treatments may not be sufficient in managing symptoms, so the ARISE study is addressing an inadequate response in schizophrenia.

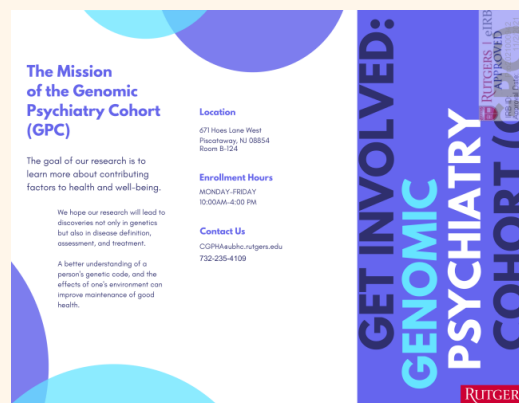
The goal of the ARISE study is to assess the safety and effectiveness of an investigational medication for schizophrenia compared to, and also in combination with, current treatment options.

Individuals may qualify for the study if they:

- Are 18 to 55 years old
- Have been diagnosed with schizophrenia
- Have a caregiver or person they trust to assist with study activities as needed
- Meet additional health and study criteria

Reimbursement for reasonable, out-of-pocket expenses for travel and accommodations may be available to qualified individuals.

Take a look at the [brochure](#) and the [research flyer](#)



Genomic Psychiatry Cohort

El Centro de Genómica de la Salud Psiquiátrica y la Adicción (CGPHA) de la Universidad de Rutgers está realizando un estudio para comprender mejor las interacciones entre los genes y el medio ambiente. Las investigaciones han demostrado que los genes pueden hacer que algunas personas sean más

propensas que otras a desarrollar esquizofrenia o trastorno bipolar. El objetivo de este estudio es identificar estos genes.

Se invita a las personas con y sin estos trastornos a unirse al estudio. Al tratarse de un estudio genético, los sujetos control no pueden tener un familiar con alguna de estas enfermedades. Si tiene preguntas o desea obtener más información, comuníquese con los investigadores en CGPHA@ubhc.rutgers.edu o llame al 732-235-4109.

Echa un vistazo al [folleto](#) y al detalle de la [investigación](#)

Genomic Psychiatry Cohort

The Center for Genomics of Psychiatric Health and Addiction (CGPHA) at Rutgers University is conducting a study to better understand the interactions between genes and the environment. Research has shown that genes can make some people more likely than others to develop Schizophrenia or Bipolar Disorder. The goal of this study is to identify these genes.

Individuals with and without these disorders are invited to join the study. Since this is a genetic study, control subjects cannot have a family member with one of these illnesses. If you have questions or would like more information, please contact the researchers at CGPHA@ubhc.rutgers.edu or call 732-235-4109.

Take a look at the [brochure](#) and the [research flyer](#)

Recursos en Español / Resources in Spanish

[PSA from the New Jersey Department of Children and Families that reminds #youth to look out for each other and #connect around #mentalhealth and #wellbeing](#)

[PSA from CSOC to connect with the state agency serving #children and #youth with emotional or behavioral #challenges, #substanceuse issues, or #developmentaldisabilities.](#)

[988: Reimaginar la respuesta a las crisis / 988: Reimagining Crisis Response](#)

[Hospitales psiquiátricos del estado de Nueva Jersey / New Jersey State Psychiatric Hospitals](#)

[Recursos para niños y familias/ Child and Family Resource](#)

[Cómo obtener la tutela de un adulto incapacitado? How to apply for guardianship of an incapacitated adult and alternatives to guardianship?](#)

[Vacuna COVID-19: Lo que necesita saber / Covid-19 Vaccine, all of what you need to know](#)

[Recomendaciones y recursos para iniciar y mantener servicios psiquiátricos ambulatorios durante la pandemia / Recommendations and resources for initiating and maintaining outpatient psychiatric services during the pandemic](#)

Cómo sobrellevar la pandemia del Coronavirus? / How to survive the Coronavirus pandemic?

Encuesta sobre la Necesidades de Salud de la Comunidad / Community Health Needs Assessment

Recursos para ayudar los niños a prosperar / Resources to help children thrive - Child Mind Institute

Acceso a beneficios públicos para inmigrantes mayores/ Access to Public Benefits for Older Immigrants

Trastornos de salud mental perinatal (PMHD): apoyo a los latinos/ Perinatal Mental Health Disorders (PMHDs): Supporting Latinxs

Salud Mental y adicciones - Covid Connect / Mental Health and Addiction - Covid Connect

Ideas para ayudar a su hijo a tener un buen comienzo de la Universidad/ Ideas to help your child get off to a good start in college

Los niños y la salud mental: ¿Es sólo una etapa? / Children and Mental Health: Is It Just a Stage?

La salud mental importa / The Mental Health matters

Recursos del Instituto de la mente infantil/ Child Mind Institute Resources

Información de COVID-19 en el estado de NEW JERSEY / COVID-19 Information in New Jersey

Cómo lidiar con una crisis de salud mental / How to deal with a Mental Health crisis

NAMI COVID-19 (CoronaVirus) - Información y Recursos / COVID-19 Resources and Information

SAMHSA Recursos en Español / SAMHSA Spanish Resources

Recursos de New Jersey 2022 / New Jersey Resources 2022

Preguntas que los padres de estudiantes del idioma inglés deben hacer a las escuelas este otoño / Questions That Parents of English Language Learners Should Ask Schools

Instituto Nacional de Salud Mental - Publicaciones en Español / National Institute of Mental Health - Spanish publications

Centros de prueba para el corona virus / Coronavirus testing centers

Lineas de ayuda en Espanol / COVID Mental Health Resources - Spanish

Grupo de Apoyo para la Salud Emocional / Mental Health Support Groups
todos los martes a las 4pm, miércoles a las 7pm y viernes a las 11am.

De Madre a Madre / Mom-to-Mom (877) 914 6662

Enlace de nuestro sitio web / NAMI NJ - Spanish Website

Enlace de Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades / CDC

Qué hacer para evitar el contacto con COVID-19 / COVID-19 How to avoid it!

De la Biblioteca Nacional de Medicina de los Estados Unidos / Medline Plus - Resources

NAMI NJ en Español

NAMI NJ en Español es un programa de conocimiento y educación desarrollado por NAMI NJ para servir a la comunidad hispana/latina en Nueva Jersey.

Los objetivos del programa son proporcionar apoyo, educación y abogacía para las familias impactadas por enfermedades mentales en su propio idioma, aumentar el nivel de competencia cultural entre los proveedores de salud mental, y ayudar a romper las barreras del estigma y la vergüenza asociados con la enfermedad mental que existe dentro de la cultura latina / hispana.

Para más información sobre NAMI NJ en Español vaya a nuestro sitio web:

For more information in English, visit:

<http://www.naminj.org/programs/multicultural/nami-nj-en-espanol/>

Coordinadora del Programa NAMI NJ en Español:

Nelhy Barreiro al (732) 940-0991 Ext. 113 o Correo electrónico:
nbarreiro@naminj.org, enespanol@naminj.org.

Coordinadora Regional - Norte de New Jersey /Asistente del Programa

Carmen Yeast - cyeast@naminj.org

Línea gratuita: 888-803-3413 - Por favor deje un mensaje

Program Coordinator:

Nelhy Barreiro at (732) 940-0991 ext. 113, or e-mail nbarreiro@naminj.org,
enespanol@naminj.org.

New Jersey Northern Regional Coordinator/Program Assistant

Carmen Yeats - cyeast@naminj.org

Toll free number: 888-803-3413 - Please leave a message

[Download a PDF of this email to share!](#)



[Unsubscribe info@naminj.org](#)
[Update Profile](#) | [Constant Contact Data](#)
[Notice](#)

Sent by bynbarreiro@naminj.org powered by



Try email marketing for free today!
