



# JANUARY 2025

## Free Wellness Programs



- Zev Yaroslavsky Family Center - Van Nuys
- El Cariso Regional Park - Sylmar
- Crescenta Valley Comm. Park - La Crescenta
- Castaic Sports Complex
- San Fernando Health Center



**CONTACT US**  
 (818) 904-8953  
 SPA2@ph.lacounty.gov



**WEBSITE**  
<http://publichealth.lacounty.gov/chs/SPA2>

Join us at one of our locations above. All activities, classes, & workshops are **FREE** and open to the community!  
 To learn more about other classes happening at our locations, open your phone camera and scan the QR code!



MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY
6	7	8	9
		<b>Zev Yaroslavsky Wellness Programs - Van Nuys</b>  Menstrual Product Distribution and Resource Table Location: Zev Lobby 10:00 AM - 12:00 PM  Stop the Bleed Workshop Location: JOS 2:00 PM - 3:00 PM	<b>Free Food Distribution - San Fernando</b>  San Fernando Health Center While supplies last! 9:30 AM - 12:00 PM
13	14	15	16
<b>El Cariso Regional Wellness Programs - Sylmar</b>  Community Resource Table 10:30 AM - 12:00 PM  Alzheimer's Association: Healthier Living Presentation in Spanish 11:00 AM - 12:00 PM	<b>Crescenta Valley Wellness Programs - La Crescenta</b>  Mental Health Presentation: Promoting Whole Person Well-being 10:00 AM - 11:00 AM  Community Resource Table 10:00 AM - 12:00 PM	<b>Zev Yaroslavsky Wellness Programs - Van Nuys</b>  Help Me Grow Cafe Location: Red and Pine 10:00 AM - 12:00 PM	<b>Castaic Wellness Programs</b>  Community Resource Table 10:00 AM - 12:00 PM  Mental Health Presentation: Promoting Whole Person Well-being 11:00 AM - 12:00 PM
20	21	22	23
	<b>Zev Yaroslavsky Wellness Programs - Van Nuys</b>  Healthier Living Workshop - English Series 1 Location: JOS 9:00 AM - 11:30 AM  Community Resource Table Location: Zev Lobby 10 AM - 12 PM	<b>Zev Yaroslavsky Wellness Programs - Van Nuys</b>  Community Resource Table Location: Zev Lobby 9:00 AM - 12:00 PM	
27	28	29	30
	<b>Zev Yaroslavsky Wellness Programs - Van Nuys</b>  Healthier Living Workshop - English Series 1 Location: JOS 9:00 AM - 11:30 AM		

## OTHER EVENTS



### African American Infant & Maternal Mortality (AAIMM)

Join our initiative as we work toward reducing African American Infant Maternal Mortality. For additional information, please contact: Aqueelah Russell at [arussell@ph.lacounty.gov](mailto:arussell@ph.lacounty.gov)

## CHECK OUT OUR EVENTBRITE

for more information and to sign up for events!

SCAN ME! >>>



### Presentation Requests

What is Speakers' Bureau?

The Speakers' Bureau is a helpful service from the Los Angeles County Department of Public Health (DPH). It connects communities with trained DPH staff who give presentations on different health topics. These talks are for everyone, like community groups, students, faith-based groups, health professionals, county workers, and parents.

Here's what the Speakers' Bureau can do:

#### Speaking Requests:

- We can talk at community meetings, conferences, health fairs, and professional meetings.

#### Community Outreach:

- The Speakers' Bureau is like a central place that organizes health activities all over Los Angeles County. We keep track of these activities and can help with them.

#### Emergency Response:

- When there are health problems like COVID-19 or others, the Speakers' Bureau helps with talks to groups who want to learn more.

For more information on presentation topics and how to make a request, scan the QR code!

LINK TO SPEAKERS' BUREAU

SCAN ME!



## Wellness Programming Addresses

### Zev Yaroslavsky Family Support Center

7555 Van Nuys Blvd, Van Nuys, CA 91405

### El Cariso Regional Park

13100 Hubbard St, Sylmar, CA 91342

### Castaic Sports Complex

31320 N Castaic Rd, Castaic, CA 91384

### Crescenta Valley Community Park

3901 Dunsmore Ave, La Crescenta-Montrose, CA 91214

### San Fernando Health Center

1212 Pico St, San Fernando, CA 91340

## HOW TO ATTEND EVENTS & WORKSHOPS

1

CHOOSE YOUR EVENT

2

RSVP OR WALK-IN

Get your tickets on Eventbrite or walk-in on the day of the event.

3

SEE YOU THERE!

Save the date, tell your friends and family and we'll see you there!





# ENERO 2025

## Programas de Bienestar Gratuitos



- Zev Yaroslavsky Family Center - Van Nuys
- El Cariso Regional Park - Sylmar
- Crescenta Valley Comm. Park - La Crescenta
- Castaic Sports Complex
- San Fernando Health Center



**CONTÁCTENOS**  
(818) 904-8953  
SPA2@ph.lacounty.gov



**SITIO WEB**  
<http://publichealth.lacounty.gov/chs/SPA2>

Venga a una de nuestras ubicaciones de arriba. Todas las actividades, clases y talleres son **GRATIS** y están abiertos a la comunidad.

¡Para obtener más información sobre otras clases que se ofrecen en nuestros centros, abre la cámara de tu teléfono y escanea el código QR!



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES
		1	2
6	7	8	9
		<b>Programas de Bienestar Zev Yaroslavsky - Van Nuys</b>  Distribución de Productos Menstruales y Mesa de Recursos Comunitarios Localización: Vestíbulo del Centro de Zev 1:00 PM - 3:00 PM  Taller Stop the Bleed Localización: JOS 2:00 PM - 3:00 PM	<b>Distribución Gratuita de Alimentos - San Fernando</b>  San Fernando Health Center ¡Hasta agotar existencias! 9:30 AM - 12:00 PM
13	14	15	16
<b>Programas de Bienestar del Parque Regional El Cariso - Sylmar</b>  Mesa de Recursos Comunitarios 10:30 AM - 12:00 PM  Asociación de Alzheimer: Presentación en español sobre Una Vida Más Saludable 11:00 AM - 12:00 PM	<b>Programas de Bienestar de La Crescenta</b>  Presentación sobre salud mental: Promover el Completo Bienestar de la Persona 10:00 AM - 11:00 AM  Mesa de Recursos Comunitarios 10:00 AM - 12:00 PM	<b>Programas de Bienestar de Zev Yaroslavsky - Van Nuys</b>  Ayúdame a Crecer Café Localización: Red Y Pine 10:00 AM - 12:00 PM	<b>Programas de Bienestar del Parque Regional de Castaic</b>  Mesa de Recursos Comunitarios 10:00 AM - 12:00 PM  Presentación sobre salud mental: Promover el Completo Bienestar de la Persona 11:00 AM - 12:00 PM
20	21	22	23
	<b>Programas de Bienestar de Zev Yaroslavsky - Van Nuys</b>  Viviendo Su Mejor Vida - Tomando Control de su Salud - Serie 1 en Inglés Localización: JOS 9:00 AM - 11:30 AM	<b>Programas de Bienestar de Zev Yaroslavsky - Van Nuys</b>  Mesa de recursos comunitarios Localización: Vestíbulo del Centro de Zev 9:00 AM - 12:00 PM	
27	28	29	30
	<b>Programas de Bienestar de Zev Yaroslavsky - Van Nuys</b>  Viviendo Su Mejor Vida - Tomando Control de su Salud - Serie 1 en Inglés Localización: JOS 9:00 AM - 11:30 AM		

## OTROS EVENTOS



### African American Infant & Maternal Mortality (AAIMM)

Participe en nuestra iniciativa para reducir la mortalidad materna infantil de los afroamericanos. Si desea más información, contacte a Aqueelah Russell a: [arussell@ph.lacounty.gov](mailto:arussell@ph.lacounty.gov)

## VISITE NUESTRA PÁGINA EN EVENTBRITE

¡para más información y para inscribirse en los eventos!

¡ESCANÉAME!



### Pedidos de Presentaciones

¿Qué es el Speakers' Bureau?

Speakers' Bureau es un servicio útil del Departamento de Salud Pública del Condado de Los Ángeles (DPH). Este servicio pone en contacto a las comunidades con personal capacitado del DPH que ofrece presentaciones sobre diferentes temas de salud. Estas presentaciones son para todos, como grupos comunitarios, estudiantes, grupos religiosos, profesionales de la salud, trabajadores del condado y padres de familia.

Esto es lo que puede hacer Speakers' Bureau:

Pedidos de discursos:

- Podemos hablar en reuniones comunitarias, conferencias, ferias de salud y reuniones profesionales.

Promoción comunitaria:

- La Oficina de Oradores es como un lugar central que organiza actividades de salud en todo el condado de Los Ángeles. Hacemos un seguimiento de estas actividades y podemos ayudar con ellas.

Respuesta a emergencias:

- Cuando hay problemas de salud como COVID-19 y otras, la Oficina de Oradores ayuda con presentaciones a grupos que quieren aprender más.

Para más información sobre temas de presentación y cómo hacer un pedido, ¡escanee el código QR!

ENLACE PARA EL SPEAKERS' BUREAU

¡ESCANÉAME!



## Direcciones de Programación de Bienestar

### Zev Yaroslavsky Family Support Center

7555 Van Nuys Blvd, Van Nuys, CA 91405

### El Cariso Regional Park

13100 Hubbard St, Sylmar, CA 91342

### Castaic Sports Complex

31320 N Castaic Rd, Castaic, CA 91384

### Crescenta Valley Community Park

3901 Dunsmore Ave, La Crescenta-Montrose, CA 91214

### San Fernando Health Center

1212 Pico St, San Fernando, CA 91340

## CÓMO ASISTIR A EVENTOS Y TALLERES

1

ELIJA SU EVENTO DE PREFERENCIA

2

CONFIRME SU ASISTENCIA O VISITE SIN CITA PREVIA

Consiga sus entradas en Eventbrite o sin cita previa el día del evento.

3

¡NOS VEMOS ALLÍ!

Reserve la fecha, cuénteselo a sus amigos y familiares y ¡nos vemos allí!



SAN FERNANDO VALLEY  
WELLNESS  
COMMUNITY  
LOS ANGELES COUNTY DEPARTMENT OF PUBLIC HEALTH  
Fostering Hope - Healing - Purpose



COUNTY OF LOS ANGELES  
Public Health