



MAY 2025

Free Wellness Programs



- Zev Yaroslavsky Family Center - Van Nuys
- El Cariso Regional Park - Sylmar
- Crescenta Valley Comm. Park - La Crescenta
- Castaic Sports Complex/ Val Verde Park
- San Fernando Health Center
- Virtual Programming
- Off-site location



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!

SCAN ME! >>>



MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY
			Free Food Distribution - San Fernando ¹ San Fernando Health Center While supplies last! 9:30 AM - 12:00 PM
5	6	Zev Yaroslavsky Wellness Programs - Van Nuys ⁷ Menstrual Product Distribution and Resource Table Location: Zev Lobby 9:00 AM - 12:00 PM System Navigation Office Hours Location: SEQ 1:00 PM - 3:00 PM	8
San Fernando Wellness Programs - Virtual ¹² Stigma and Substance Abuse Presentation Location: Virtual 10:00 AM - 11:00 AM El Cariso Regional Wellness Programs - Sylmar Community Resource Table 10:30 AM - 12:00 PM Alzheimer's Association - Understanding Alz's and Dementia (Spanish) Presentation 11:00 AM - 12:00 PM	Zev Yaroslavsky Wellness Programs - Van Nuys ¹³ Healthier Living Workshop - English Series 2 Location: JOS 9:00 AM - 11:30 AM Crescenta Valley Wellness Programs - La Crescenta Mindfulness Presentation 10:00 AM - 11:00 AM Chair Yoga 10:30 AM - 11:30 AM Community Resource Table 10:00 AM - 12:00 PM	Zev Yaroslavsky Wellness Programs - Van Nuys ¹⁴ Stop the Bleed Presentation Location: JOS 10:00 AM - 11:00 AM Recognizing and Responding to an Overdose Using Naloxone Location: JOS 1:00 PM - 2:00 PM System Navigation Office Hours Location: SEQ 1:00 PM - 3:00 PM	Val Verde Wellness Programs ¹⁵ Stop the Bleed (Spanish) Presentation 10:00 AM - 12:00 PM Community Resource Table 10:00 AM - 12:00 PM
San Fernando Wellness Programs - Virtual ¹⁹ Recognizing and Responding to an Overdose Using Naloxone Location: Virtual 10:00 AM - 11:00 AM	Zev Yaroslavsky Wellness Programs - Van Nuys ²⁰ Healthier Living Workshop - English Series 2 Location: JOS 9:00 AM - 11:30 AM Breastfeeding Support Group Location: Valley Presbyterian Hospital Education Center 10:00 AM - 11:00 AM	Zev Yaroslavsky Wellness Programs - Van Nuys ²¹ Community Resource Table Location: Zev Lobby 9:00 AM - 12:00 PM Help Me Grow Parent Cafe Location: RED & PINE 11:00 AM - 12:00 PM	Zev Yaroslavsky Wellness Programs - Van Nuys ²² Healthier Living Workshop - Spanish Series 2 Location: JOS 9:00 AM - 11:30 AM
²⁶	Zev Yaroslavsky Wellness Programs - Van Nuys ²⁷ Healthier Living Workshop - English/ Spanish Series 2 Location: JOS 9:00 AM - 11:30 AM Car Seat Check Up Event Location: Parking Lot through Saticoy Ave. 10:00 AM - 2:00 PM	Zev Yaroslavsky Wellness Programs - Van Nuys ²⁸ System Navigation Office Hours Location: SEQ 1:00 PM - 3:00 PM	Zev Yaroslavsky Wellness Programs - Van Nuys ²⁹ Healthier Living Workshop - Spanish Series 2 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

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 Regional 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

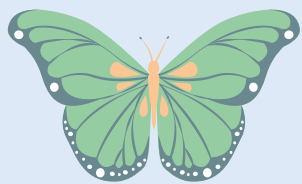
Get your tickets on Eventbrite or walk-in on the day of the event.

3

SEE YOU THERE!

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





ABRIL 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/ Val Verde Park
- San Fernando Health Center
- Programación Virtual
- Localizado en otro sitio



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
			Distribución Gratuita de Alimentos - San Fernando ¹ San Fernando Health Center ¡Hasta agotar existencias! 9:30 AM - 12:00 PM
5	6	Programas de Bienestar Zev Yaroslavsky - Van Nuys ⁷ Distribución de Productos Menstruales y Mesa de Recursos Comunitarios Localización: Vestíbulo del Centro de Zev 1:00 PM - 3:00 PM Horario de Oficina del Sistema de Navegación Localización: SEQ	8
Programas de Bienestar de San Fernando - Virtual ¹² Estigma y Abuso de Sustancias Presentación Localización: Virtual 10:00 AM - 11:00 AM Programas de Bienestar del Parque Regional El Cariso - Sylmar Alzheimer's Association - Entender el Alzheimer y la Demencia (español) Presentación 10:30 AM - 12:00 PM Mesa de Recursos Comunitarios 10:30 AM - 12:00 PM	Programas de Bienestar de Zev Yaroslavsky - Van Nuys ¹³ Viviendo Su Mejor Vida - Tomando Control de su Salud - Serie 1 en Español Localización: JOS 9:00 AM - 11:30 AM Programas de Bienestar de La Crescenta Presentación de Mindfulness 10:00 AM - 11:00 AM Yoga en Silla 10:30 AM - 11:30 AM Mesa de Recursos Comunitarios 10:00 AM - 12:00 PM	Programas de Bienestar Zev Yaroslavsky - Van Nuys ¹⁴ Taller Stop the Bleed Localización: JOS 2:00 PM - 3:00 PM Reconociendo y Respondiendo a una Sobredosis Localización: SEQ 1:00 PM - 2:00 PM Horario de Oficina del Sistema de Navegación Localización: SEQ 1:00 PM - 3:00 PM	Programas de Bienestar del Parque Regional de Val Verde ¹⁵ Presentación de Stop the Bleed (en español) 10:00 AM - 12:00 PM Mesa de Recursos Comunitarios 10:00 AM - 12:00 PM
Programas de Bienestar de San Fernando- Virtual ¹⁹ Reconociendo y Respondiendo a una Sobredosis Localización: Virtual 10:00 AM - 11:00 AM	Programas de Bienestar de Zev Yaroslavsky - Van Nuys ²⁰ Viviendo Su Mejor Vida - Tomando Control de su Salud - Serie 2 en Inglés Localización: JOS 9:00 AM - 11:30 AM Grupo de Apoyo a la Lactancia Materna Localización: Valley Presbyterian Hospital Education Center 10:00 AM - 11:00 AM	Programas de Bienestar de Zev Yaroslavsky - Van Nuys ²¹ Mesa de recursos comunitarios Localización: Vestíbulo del Centro de Zev 9:00 AM - 12:00 PM Help Me Grow Café para Padres Localización: RED & PINE 11:00 AM - 12:00 PM	Programas de Bienestar de Zev Yaroslavsky - Van Nuys ²² Viviendo Su Mejor Vida - Tomando Control de su Salud - Serie 2 en Español Localización: JOS 9:00 AM - 11:30 AM
26	Programas de Bienestar de Zev Yaroslavsky - Van Nuys ²⁷ Viviendo Su Mejor Vida - Tomando Control de su Salud - Serie 2 en Español Localización: JOS 9:00 AM - 11:30 AM Evento de Chequeo de Asientos de Seguridad Localización: Estacionamiento a través de Saticoy Ave. 10:00 AM - 2:00 PM	Programas de Bienestar de Zev Yaroslavsky - Van Nuys ²⁸ Horario de Oficina del Sistema de Navegación Localización: SEQ 1:00 PM - 3:00 PM	Programas de Bienestar de Zev Yaroslavsky - Van Nuys ²⁹ Viviendo Su Mejor Vida - Tomando Control de su Salud - Serie 2 en Español Localización: JOS 9:00 AM - 11:30 AM

Hola PRIMAVERA

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

**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!

