



SEPTEMBER 2024

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 |
|---|--|--|--|
| 2 | 3 | 4 | 5 |
| Zev Yaroslavsky Wellness Programs - Van Nuys Stop the Bleed 10:00am to 11:00am | Zev Yaroslavsky Wellness Programs - Van Nuys System Navigation Services Office Hours 1:00 PM - 3:00 PM | Zev Yaroslavsky Wellness Programs - Van Nuys System Navigation Services Office Hours 1:00 PM - 3:00 PM | Free Food Distribution 9:30 AM - 12:00 PM San Fernando Health Center While supplies last! |
| 9 | 10 | 11 | 12 |
| El Cariso Regional Wellness Programs - Sylmar Community Resource Hour 10:30 AM to 12:00 PM Health Talks With a Nurse: E.P. Presentation 11:00 AM - 12:00 PM | Crescenta Valley Wellness Programs - La Crescenta Community Resource Hour 10:00 AM - 12:00 PM Health Talks With a Nurse: Falls Prevention Presentation 10:30 AM - 11:30 AM | Zev Yaroslavsky Wellness Programs - Van Nuys Car Seat Safety Workshop Location: JOS and SEQ 10:00 AM - 12:00 PM System Navigation Services Location: SEQ Office Hours 1:00 PM - 3:00 PM | Castaic Wellness Programs Community Resource Hour 10:00 AM - 12:00 PM Health Talks With a Nurse: Falls Prevention Presentation 11:00 AM - 12:00 PM |
| 16 | 17 | 18 | 19 |
| El Cariso Regional Wellness Programs - Sylmar Community Resource Hour 10:30 AM to 12:00 PM Bailoterapia 11:00 AM to 12:00 PM | Crescenta Valley Wellness Programs - La Crescenta Community Resource Hour 10:00 AM - 12:00 PM Bailoterapia 11:00 AM - 12:00 PM | Zev Yaroslavsky Wellness Programs - Van Nuys Community Resource Hour Location: Zev Lobby 10:00 AM - 12:00 PM Bailoterapia Room: RED and PINE 11:00 AM - 12:00 PM | Castaic Wellness Programs Community Resource Hour 10:00 AM - 12:00 PM Bailoterapia 11:00 AM - 12:00 PM |
| 30 | | | |
| | | | |

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 Speaker's 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!





SEPTIEMBRE 2024

Programas Gratis de Salud



- 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!

¡ESCANÉAME!



| LUNES | MARTES | MIÉRCOLES | JUEVES |
|---|---|---|---|
| 2 | 3 | 4 | 5 |
| | Zev Yaroslavsky Wellness Programas - Van Nuys Stop the Bleed 10:00am to 11:00am | Zev Yaroslavsky Wellness Programas - Van Nuys Horario de oficina de los Servicios de Navegación del Sistema 1:00 PM - 3:00 PM | Distribución de Comida Gratis 9:30 AM - 12:00 PM San Fernando Health Center ¡Hasta agotar existencias! |
| 9 | 10 | 11 | 12 |
| I Cariso Regional Wellness Programas - Sylmar Hora de Recursos Comunitarios 10:30 AM to 12:00 PM Conversaciones sobre Salud con una Enfermera: Presentación de E.P. 11:00 AM - 12:00 PM | Crescenta Valley Wellness Programas - La Crescenta Hora de Recursos Comunitarios 10:00 AM-12:00 PM Conversaciones sobre Salud con una Enfermera: Presentación sobre Prevención de Caídas 10:30 AM - 11:30 AM | Zev Yaroslavsky Wellness Programas - Van Nuys Taller Sobre Asientos de Seguridad Locacion: JOS and SEQ 10:00 AM - 12:00 PM Horario de oficina de los Servicios de Navegación del Sistema Locacion: JOS 1:00 PM - 3:00 PM | Castaic Wellness Programas Hora de Recursos Comunitarios 10:00 AM - 12:00 PM Conversaciones sobre Salud con una Enfermera: Presentación sobre Prevención de Caídas 11:00 AM - 12:00 PM |
| 16 | 17 | 18 | 19 |
| 23 | 24 | 25 | 26 |
| El Cariso Regional Wellness Programas - Sylmar Hora de Recursos Comunitarios 10:30 AM - 12:00 PM Bailoterapia 11:00 AM to 12:00 PM | Crescenta Valley Wellness Programas - La Crescenta Hora de Recursos Comunitarios 10:00 AM - 12:00 PM Bailoterapia 11:00 AM - 12:00 PM | Zev Yaroslavsky Wellness Programas - Van Nuys Hora de Recursos Comunitarios Locacion: Zev Lobby 10:00 AM - 12:00 PM Bailoterapia Locacion: RED y PINE 11:00 AM - 12:00 PM | Castaic Wellness Programas Hora de Recursos Comunitarios 10:00 AM - 12:00 PM Bailoterapia 11:00 AM - 12:00 PM |
| 30 | | | |
| | | | |



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



COUNTY OF LOS ANGELES Public Health

OTROS EVENTOS



African American Infant & Maternal Mortality (AAIMM)

Participe en nuestra iniciativa para reducir la mortalidad materno 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 Speaker's Bureau?

Speaker's 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 Speaker's 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!

LINK TO 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!





Life-threatening bleeding can occur:

At Home **Hiking** *At Work*
Playing a sport *Cooking*
Driving a car **At School**

LEARN TO STOP THE BLEED®

Learn how to stop life-threatening bleeding. For FREE and in less than an hour, you can be prepared to save someone's life!



**WELLNESS
COMMUNITY**

LOS ANGELES COUNTY DEPARTMENT OF PUBLIC HEALTH



**CHECK OUT OUR
EVENTBRITE**

for more information and to sign up for the event!



COUNTY OF LOS ANGELES
Public Health

Sign up: Online registration or email: scoreiafill@ph.lacounty.gov



in cooperation with the
U.S. Department of Defense



Stopthebleedcoalition.org

FREE FRESH PRODUCE DISTRIBUTION EVENTS

**SAN FERNANDO VALLEY
2024 DATES**

**WALK-UP EVENTS - PLEASE BRING YOUR OWN REUSABLE BAG
(A CART IS RECOMMENDED FOR EASIER TRANSPORT)**

**SAN FERNANDO HEALTH CENTER
1212 PICO ST.
SAN FERNANDO, CA 91340**

SCHEDULE

THURSDAYS, 9:30AM - 12:00PM

JULY 11
SEPTEMBER 5
NOVEMBER 7

**ZEV YAROSLAVASKY FAMILY
SUPPORT CENTER
7555 VAN NUYS BLVD.
VAN NUYS, CA 91405**

SCHEDULE

THURSDAYS, 9:30AM - 12:00PM

AUGUST 1
OCTOBER 3
DECEMBER 5

**UNTIL SUPPLIES
LAST!**

Additional Food Resources

WIC

for Moms, Babies and Kids
under 5 Call 1-888-WIC-
WORKS or call 2-1-1

Cal Fresh

for Individuals or Families
Call 1-866-613-3777 or visit
GetCalFresh.org

Call 2-1-1 for walk-up food distribution sites

**For more information, classes and
resources, scan the QR code!**

**ALL STAFF MUST WAIT UNTIL 11:30 AM
TO RECEIVE PRODUCE**



CONTACT US!



**For More Info
(818) 904-8953**



SPA2@ph.lacounty.gov



**Visit Our Website
<http://publichealth.lacounty.gov/chs/SPA2>**

FRUTAS Y VERDURAS FRESCAS GRATIS EVENTOS DE DISTRIBUCIÓN

VALLE DE SAN FERNANDO
2024 FECHAS

ESTOS EVENTOS SON A PIE - POR FAVOR, TRAIGA SU PROPIA BOLSA REUTILIZABLE
(SE RECOMIENDA UN CARRITO PARA FACILITAR EL TRANSPORTE)

SAN FERNANDO HEALTH CENTER
1212 PICO ST.
SAN FERNANDO, CA 91340

HORARIO

JUEVES, 9:30AM - 12:00PM

JULIO 11
SEPTIEMBRE 5
NOVIEMBRE 7

**ZEV YAROSLAVASKY FAMILY
SUPPORT CENTER**
7555 VAN NUYS BLVD.
VAN NUYS, CA 91405

HORARIO

JUEVES, 9:30AM - 12:00PM

AGOSTO 1
OCTUBRE 3
DICIEMBRE 5

¡HASTA
AGOTAR
EXISTENCIAS!

Recursos Alimentarios Adicionales

WIC

para Mamas, Bebés y Niños
menores de 5 años llame al
1-888-WIC-WORKS o llame
2-1-1

Cal Fresh

para Individuales o Familias
menores de 5 años llame al
Llame 1-866-613-3777 o
visite
GetCalFresh.org

Llame 2-1-1 para sitios de distribución de alimentos

Para más información, clases y
recursos, escanea el código QR!

TODOS EMPLEADOS DEBEN ESPERAR HASTA LAS
11:30 AM PARA RECIBIR LAS FRUTAS Y VERDURAS



CONTÁCTENOS!



Para Más Información
(818) 904-8953



SPA2@ph.lacounty.gov



Visite Nuestra Página Web
<http://publichealth.lacounty.gov/chs/SPA2>

CAR SEAT SAFETY WORKSHOP

IS YOUR CHILD IN THE CORRECT SEAT?



DATE
WEDNESDAYS:

MAY 8, 2024
JULY 10, 2024
SEPTEMBER 11, 2024
NOVEMBER 13, 2024



ZEV YAROSLAVSKY
FAMILY SUPPORT CENTER

7555 VAN NUYS BLVD
VAN NUYS, CA 91405

COMMUNITY ROOMS

JOSHUA TREE (JOS) AND SEQUOIA (SEQ)



TIME
10:00 AM - 12:00 PM

ABOUT US

Led by a Certified Child Passenger Safety Technician, this free workshop covers California Car Safety laws for children. It guides parents/caregivers in selecting the right seats (infant to booster) and provides hands-on training in seat installation, belt use, and the LATCH system.

Please ensure you register **no later than one day prior to the event** by scanning the provided QR Code.

REGISTER NOW



CONTACT US

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

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

TALLER SOBRE LA SEGURIDAD DE LAS SILLAS DE COCHE

¿ESTÁ SU HIJO EN EL ASIENTO CORRECTO?



FECHA MIERCOLES

8 DE MAYO DE 2024
10 DE JULIO DE 2024
11 DE SEPTIEMBRE DE 2024
13 DE NOVIEMBRE DE 2024



ZEV YAROSLAVSKY FAMILY SUPPORT CENTER

7555 VAN NUYS BLVD
VAN NUYS, CA 91405

SALAS COMUNITARIAS

JOSHUA TREE (JOS) Y SEQUOIA (SEQ)



HORA

10:00 AM - 12:00 PM



SOBRE NOSOTROS

Dirigido por un Técnico Certificado en Seguridad del Niño Pasajero, este taller gratuito cubre las leyes de Seguridad del Automóvil de California para los niños. Se guía a los padres / cuidadores en la selección de los asientos adecuados (bebé a elevador) y proporciona formación práctica en la instalación del asiento, el uso del cinturón, y el sistema LATCH.

REGÍSTRESE AHORA

Asegúrese de inscribirse **a más tardar un día antes del evento** escaneando el código QR proporcionado.



CONTÁCTENOS

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

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



VISIÓN Y COMPROMISO

The circle of Bailoterapia

is a program of
Visión y Compromiso

Bailoterapia

Dancing with my Soul

Do you enjoy dancing to different rhythms?



Free Classes

Come and join us for a good time!

| Date and Time | Location |
|--|--|
| Monday- September 23, 2024 11:00 am - 12:00 pm | El Cariso Regional Park 13100 Hubbard St, Sylmar, CA 91342 |
| Tuesday - September 24, 2024 11:00 am - 12:00 pm | Crescenta Valley Community Park 3901 Dunsmore Ave, La Crescenta-Montrose, CA 91214 |
| Wednesday - September 25, 2024 11:00 am - 12:00 pm | Zev Yaroslavsky Family Support Center 7555 Van Nuys, CA 91405 |
| Thursday - September 26, 2024 11:00 am - 12:00 pm | Castaic Sports Complex 31230 Castaic Rd, Castaic, CA 91384 |



For more information,
classes and resources,
scan the QR code!



Sylmar Wellness Programs

Join our FREE classes!

2024 SCHEDULE



**MONDAY
SEPTEMBER 9**

10:30 AM - 12:00 PM

COMMUNITY RESOURCE HOUR

11:00 AM - 12:00 PM

HEALTH TALKS WITH A NURSE:
E.P. PRESENTATION

MONDAY

SEPTEMBER 23

10:30 AM - 12:00 PM

COMMUNITY RESOURCE HOUR

11:00 AM - 12:00 PM

BAILOTERAPIA



EL CARISO REGIONAL PARK
13100 HUBBARD ST.
SYLMAR, CA 91342



10:30 AM - 12:00 PM



For more information,
classes and resources,
scan the QR code!



CONTACT US



(818) 904-8953 | SPA2@ph.lacounty.gov
<http://publichealth.lacounty.gov/chs/SPA2>



La Crescenta Wellness Programs

Join our FREE classes!

2024 SCHEDULE



**TUESDAY
SEPTEMBER 10**

10:00 AM - 12:00 PM

COMMUNITY RESOURCE HOUR

10:30 AM - 11:30 AM

HEALTH TALKS WITH A NURSE:
FALLS PREVENTION
PRESENTATION

TUESDAY

SEPTEMBER 24

10:00 AM - 12:00 PM

COMMUNITY RESOURCE HOUR

10:30 AM - 11:30 AM

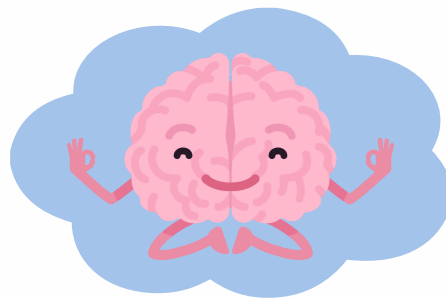
BAILOTERAPIA



CRESCENTA VALLEY PARK
3901 DUNSMORE AVE
LA CRESCENTA, CA 91214



10:00 AM - 12:00 PM



For more information,
classes and resources,
scan the QR code!



CONTACT US



(818) 904-8953 | SPA2@ph.lacounty.gov
<http://publichealth.lacounty.gov/chs/SPA2>



Castaic Wellness Programs

Join our FREE classes!

2024 SCHEDULE



THURSDAY
SEPTEMBER 12
10:00 AM - 12:00 PM
COMMUNITY RESOURCE
HOUR
11:00 AM - 12:00 PM
HEALTH TALKS WITH A NURSE:
FALLS PREVENTION
PRESENTATION

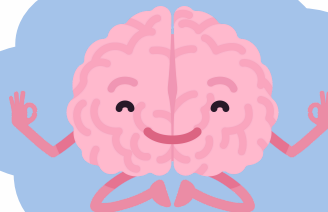
THURSDAY
SEPTEMBER 26
10:00 AM - 12:00 PM
COMMUNITY RESOURCE
HOUR
11:00 AM - 12:00 PM
BAILOTERAPIA



CASTAIC SPORTS COMPLEX
31230 CASTAIC RD
CASTAIC, CA 91384



10:00AM - 12:00 PM



For more information,
classes and resources,
scan the QR code!

SCAN ME



CONTACT US



(818) 904-8953 | SPA2@ph.lacounty.gov
<http://publichealth.lacounty.gov/chs/SPA2>

