

MLK Community Healing and Trauma Prevention Center
Free Workshop Schedule

July 2026

11833 S. Wilmington Ave., Los Angeles 90059

MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
AZTEC DANCE <i>Healing through dance</i> Every Monday 6:00 PM – 7:00 PM <i>In-person, CER Room</i>	MINDFUL WALKS <i>To bring focus and calm</i> Every Tuesday 9:00 AM – 9:30 AM <i>In-person, Meet in front of MLK</i>	MINDFUL WALKS <i>To bring focus and calm</i> Every Wednesday 9:00 AM – 9:30 AM <i>In-person, Meet in front of MLK</i>	TASTY THURSDAY <i>FREE produce giveaway</i> July 2nd & July 16th 12:00 PM <i>*Until supplies last</i> <i>In-person, CER Room</i>	NO WORKSHOPS ARE SCHEDULED AT THE MOMENT
	MINDFUL MEDITATION <i>Reduce stress, improve focus and concentration</i> Every Tuesday 1:15 PM – 1:45 PM <i>In-person, Healing Room</i>	PAINT & SIP <i>Canvas painting</i> July 8th 4:30 PM – 7:00 PM <i>To register contact: (213)822-4116</i> <i>In-person, CER Room</i>	CAFECITO CHATS <i>Discuss mental health topics as we enjoy a cup of coffee</i> July 16th 10:00 AM – 11:00 AM <i>In-person, Healing Room</i>	
	BEADS & BONDING <i>Exploring mental health first aid awareness through bracelet making</i> July 7th 10:30 AM – 4:30 PM <i>In-person, CER Room</i>	HEALING HORIZONS <i>Provide trauma informed workshop for Willowbrook community members</i> July 30th 5:00 PM – 7:00 PM <i>In-person, CER Room</i>	AZTEC DANCE <i>Healing through dance</i> Every Thursday 6:00 PM – 7:00 PM <i>In-person, CER Room</i>	
	PUBLIC HEALTH TALKS <i>Extreme Heat Safety</i> <i>Registration:</i> http://tinyurl.com/njh2bb4j July 7th 1:00 PM – 2:00 PM <i>For more info. contact Janay Ezekwe: JEzekue@ph.lacounty.gov</i> <i>Virtual</i>			

MLK Community Healing and Trauma Prevention Center
Horario de Talleres Gratuitos

Julio 2026

11833 S. Wilmington Ave., Los Angeles 90059

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
DANZA AZTECA <i>Sanacion a través de la danza</i> Cada Lunes 6:00 PM – 7:00 PM <i>En persona, Sala CER</i>	CAMINATAS CONSCIENTES <i>Para aportar concentración y relajación</i> Cada Martes 9:00 AM – 9:30 AM <i>Presencial, encuentro frente a MLK</i>	CAMINATAS CONSCIENTES <i>Para aportar concentración y relajación</i> Cada Miercoles 9:00 AM – 9:30 AM <i>Presencial, encuentro frente a MLK</i>	DANZA AZTECA <i>Sanacion a través de la danza</i> Cada Jueves 6:00 PM – 7:00 PM <i>En persona, Sala CER</i>	NO HAY TALLERES PROGRAMADOS POR EL MOMENTO
	MEDITACIÓN CONSCIENTE <i>Reduce el estrés, mejora la concentración y el enfoque</i> Cada Martes 1:15 PM – 1:45 PM <i>En persona, Sala de curación</i>	PINTAR Y BEBER <i>Clase de pintar</i> 8 de Julio 4:30 PM – 7:00 PM <i>En persona, Sala CER</i>	JUEVES SABROSO <i>Surtido de alimentos gratis</i> 2 y 16 de Julio 12:00 PM <i>*Hasta agotar existencias</i> <i>En persona, Sala CER</i>	
	CUENTAS Y CONEXION <i>Explorando la concienciación sobre los primeros auxilios en salud mental a través de la creacion de pulseras</i> 7 de Julio 10:30 AM – 4:30 PM <i>En persona, Sala CER</i>		CAFECITO CHARLAS <i>Mientras hablamos sobre temas de la salud mental disfrutamos de un cafecito</i> 16 de Julio 10:00 AM – 11:00 AM <i>En persona, Sala de curación</i>	
	CHARLAS SOBRE SALUD PUBLICA <i>Seguridad durante el calor extremo</i> <i>Registración:</i> http://tinyurl.com/njh2bb4j 7 de Julio 1:00 PM – 2:00 PM <i>Para mas info. contacte a Janay Ezekwe: JEzekwe@ph.lacounty.gov Virtual</i>			

MLK Community Healing and Trauma Prevention Center
Free Workshop Schedule

July 2026

11833 S. Wilmington Ave., Los Angeles 90059