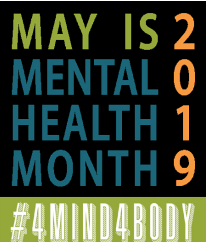


NAPA COUNTY MENTAL HEALTH DIVISION 2019MAY is MENTAL HEALTH MONTH

Sunday	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday
		Know the Signs Suicide Prevention Hotline 1-855-587-6373	Mental Health Division Kick Off Event at Thrive Cafe 10am-11am 2751 Napa Valley Corporate Dr. Bldg A, Napa Ca 94558	50% of us will experience a mental health challenge in our lifetime. Source: CDC: U.S. Adult Mental Illness Surveillance Report	 	NAMI Walks Northern California! William Land Park, Village Green Blv. Sacramento, CA
"You don't have to see the whole staircase, just take the first step." -Martin Luther King Jr.			Documentary Screening: Clutter 10am-12pm City of Napa Senior Center 1500 Jefferson St, Napa (707) 255-1800		Free Market at HHSA Campus 2pm-4pm More info below	Dance around while you do your housework. Not only will you get chores done, dancing reduces levels of cortisol and increases endorphins.
Celebrate a Mom... Happy Mother's Day 		MENTAL HEALTH AWARENESS FAIR Magnolia Park Townhomes 2000 Imola Ave Napa CA 94559 3 pm - 5 pm	Workshop Kanwarpal Dhallwal: Resilience, Resistance, and Relationship Napa Valley College's small theater from 2-5pm Mental Health Matters at AT&T Park 12:45 PM Mental health awareness activities	Share Your Story What does life with a mental illness feel like? #mentalillnessfeelslike	Napa County FAMILY MOVIE NIGHT UNDER THE STARS 2751 Napa Valley Corporate Way, Napa at the North lawn	Teen Mental Health Media Show New Tech High School 920 Yount Street 1pm-3:30pm
"Being positive doesn't mean you don't ever have negative thoughts. It just means you don't let those thoughts control your life." -Jay Shetty	Do something with friends and family - have a cookout, go to a park, or play a game.		MENTAL HEALTH AWARENESS FAIR Silverado Creek Apartments 3550 Villa Lane Napa, CA 94558 3 pm - 5 pm		Latina Women's Conference 8:00 am - 4:00 pm Yountville Community Center 6516 Washington St. CA 94599	Mental Health Matters at the Oakland Coliseum 1:07 PM Mental health awareness activities
Take 30 minutes to go for a walk in nature - it could be a stroll through a park, or a hike in the woods	Memorial Day 	"Anyone who has never made a mistake has never tried anything new." -Albert Einstein			Art Exhibit Innovations CC from 11am-2pm 3281 Solano Ave. Napa	 A Tradition of Stewardship A Commitment to Service

HHSA Second Friday Free Market
WHEN: Second Friday of the month
TIME: 2:00 pm to 4:00 pm (while supplies last)
May is Mental Health Month Information Table
LOCATION: HHSA South Campus, Building B
ADDRESS: 2751 Corporate Drive; Napa, CA 94558

FOR MORE INFORMATION:

- <https://www.countyofnapa.org/290/mental-health>
- <http://www.sanamente.org/>
- <https://www.eachmindmatters.org/mental-health/>
- <https://www.mentalhealthamerica.net/may>

Proclamations happening throughout Napa County

May 7th
6:00pm Yountville Town Council
6:00pm Calistoga City council
6:30pm Napa City Council
6:30pm American Canyon City Council
May 14th
9:00am Napa County Board of Supervisors
6:00pm St Helena City Council



#4MIND4BODY

Check out our information
tables at these locations:
Napa County Library
American Canyon Library
Calistoga Library
St. Helena Library

 /mentalhealthamerica
 @mentalhealtham
 @mentalhealthamerica

 /NapaCounty/
 /CountyofNapa

2019 MAYO ES EL MES DE SALUD MENTAL
DIVISION DE SALUD MENTAL DEL CONDADO DE NAPA

Domingo	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado
 @eachmindmatters @EachMindMatters Each Mind Matters		Reconozca las Señales El Suicidio es Prevenible La Red Nacional para la Prevención del Suicidio 24/7 llame al 1-888-628-9454	Evento de Inauguración del Mes de Salud Mental Condado de Napa Thrive Café-Bldg. B 10-11am HHSA, 2751 Napa Valley Corporate Drive Napa	20% de los latinos nacidos en Estados Unidos han sufrido de un reto de salud mental durante el último año.		NAMICaminatas Norte de California! www.namiwalks.org /northerncalifornia William Land Park Sacramento, CA
"No tienes que ver toda la escalera, solo da el primer paso." -Martin Luther King Jr.			Documental: Clutter 10am-12pm City of Napa Senior Center 1500 Jefferson St, Napa (707) 255-1800	Tomando 20 minutos de luz solar puede ayudar a tu estado de ánimo, concentración y sueño.	Mercado Gratuito @HHSA 2pm-4pm Más información a continuación	Baila mientras haces tus tareas domésticas. No solo vas a hacer los quehaceres, el baile reduce los niveles de cortisol y aumenta las endorfinas.
Celebra a tu Mamá Feliz Día de Madres! 	La vida es como una bicicleta. Para mantener el equilibrio tienes que seguir adelante. -Albert Einstein	Feria de concientización de Salud Mental Magnolia Park Townhomes 2000 Imola Ave Napa CA 94559 3 pm- 5 pm	Taller: Kanwarpal Dhaliwal: Resiliencia, Resistencia y Relación Napa Valley College Little Theater, 2-5pm La Salud Mental Importa en el Estadio AT&T 12:45 PM Actividades de concientización de salud mental, Estadio AT&T	Comparte tu historia ¿Cómo se siente la vida con una enfermedad mental?? #mentalillnessfeelslike	DEPARTAMENTO DE SALUD MENTAL DEL CONDADO DE NAPA NOCHE DE PELÍCULA FAMILIAR BAJO LAS ESTRELLAS 2751 Napa Valley Corporate Way. Napa. En el césped Norte 7:00pm Actividades 8:30pm Película.	Show de Salud Mental para Adolescentes Tech High School 920 Yount Street 1pm-3:30pm
Sabías que el verde limón es el color de la concientización de salud mental?	Haz algo con amigos y familiares: haz una comida al aire libre, ve a un parque o juega un juego.		Feria de Concientización de Salud Mental Silverado Creek Apartments 3550 Villa Lane Napa, CA 94558 3 pm- 5 pm		Conferencia De La Mujer Latina 8:00 am ~ 4:00 pm Evaluaciones de salud gratis. Para más información https://www.bhanapa.org/	La Salud Mental Importa en el Estadio de: Oakland Coliseum 1:00 PM Actividades de concientización de salud mental
Tómese 30 minutos para pasear por la naturaleza: podría ser un paseo por un parque o una caminata por el bosque.	Día Conmemorativo 	"Cualquiera que nunca haya cometido un error nunca ha intentado nada nuevo." -Albert Einstein			Exhibición de ARTE Innovations Community Center 11 AM - 2 PM 3281 Solano Avenue, Napa	 A Tradition of Stewardship A Commitment to Service

HHSA Mercado Gratuito Segundo Viernes
CUANDO: Segundo Viernes Del Mes
HORA: 2:00 pm to 4:00 pm (mientras dure la comida)
Mesa de Información Mayo Mes de la Salud Mental
LUGAR: HHSA Campo Sur, Edificio B
DIRECCIÓN: 2751 Corporate Drive; Napa, CA 94558

- PARA MAS INFORMACIÓN:
- <https://www.countyofnapa.org/290/mental-health>
 - <http://www.sanamente.org/>
 - <https://www.eachmindmatters.org/mental-health/>
 - <https://www.mentalhealthamerica.net/may>

Proclamaciones sucediendo en todo el Condado

Mayo 7
6:00pm Yountville Ayuntamiento de la Ciudad
6:00pm Calistoga Ayuntamiento de la Ciudad
6:30pm Napa Ayuntamiento de la Ciudad
6:30pm American Canyon Ayuntamiento de la Ciudad
Mayo 14
9:00am Napa County Junta de Supervisores
6:00pm St Helena Ayuntamiento de la Ciudad



Visite nuestras mesas de
información en las
Bibliotecas de las
ciudades de: Napa,
American Canyon,
Calistoga, St. Helena

/mentalhealthamerica
@mentalhealtham
@mentalhealthamerica

/NapaCounty/
/CountyofNapa