

## ¿De qué se trata el programa educativo De Familia a Familia de NAMI?

De Familia a Familia es un programa de 8 sesiones gratuitas para familiares, parejas, amigos, y seres queridos de adultos que viven con una enfermedad mental. El curso está diseñado para ayudar a toda la familia a entender y apoyar a seres queridos que viven con un trastorno mental, sin descuidar el propio bienestar del círculo familiar. El curso incluye información sobre trastornos mentales como la esquizofrenia, el trastorno bipolar, y la depresión severa entre otros. Miles de familias describen el programa como una experiencia que ha cambiado sus vidas. El programa es liderado por instructores capacitados que también son familiares de adultos que viven con enfermedades mentales y saben, de primera mano, lo que significa tener un ser querido en estas circunstancias.

**Todos los cursos de NAMI-NYC son gratis, pero es NECESARIO registrarse. Véase más abajo para obtener información de contacto.**



## ¿Qué dice la gente de la clase?

“Sin lugar a duda, este curso ha sido la herramienta más útil e informativa que se ha ofrecido en todos los años en los que he buscado respuestas... Me ha ayudado a comunicarme más efectivamente con mi hermano y a entenderlo mejor.”

“Este curso me ha ayudado a darme cuenta que mi hijo aún está dentro de su cuerpo que, muchas veces, está escondido debido a la enfermedad mental con la que vive y que no estoy sola en esto.”

NAMI-NYC ofrecerá el programa este febrero. Debe tener acceso a Zoom.

**212-684-3264**  
**helpline@naminyc.org**

 **nami**  
National Alliance on Mental Illness  
New York City Metro

## ¿Quién es NAMI-NYC?

Ayudamos a individuos y familias afectados por enfermedades mentales a conseguir una vida mejor. NAMI-NYC fue fundado por un pequeño grupo de padres que se reunieron para compartir recursos, apoyo, y guía. Compartiendo las experiencias vividas todavía es el principio rector de nuestra organización.

Aprenda más en [www.naminyc.org](http://www.naminyc.org).