



▶ ▶ **Service Area 7 Peer Resource Center
Men's Emotional-support Network (M.E.N.)**

Every 2nd and 4th Thursday of the Month

1 PM – 2 PM

This support group is a way to come together with others who are struggling to overcome past hurts, self-doubt, negative thoughts, anxiety, grief, low self-esteem or similar life issues and help each other by offering emotional support and guidance. In this peer support group, participants will learn through shared experiences about the best coping skills, self-help, and self-care methods that play a key role in your emotional well-being.

Here are two ways to join:

Virtually on [Microsoft Teams Meeting](#)
or call 323-776-6996,
Conference ID: 895 763 312#

In-person:
Please scan QR code



This group is bilingual in English and Spanish. For more information, please contact us at SA7PRC@dmh.lacounty.gov or call 323-705-5992.



▶ ▶ Service Area 7 Peer Resource Center Men's Emotional-support Network (M.E.N.)

Cada 2^{do} y 4^{to} Jueves del Mes
1 PM – 2 PM

Este grupo de apoyo es una forma de reunirse con otras personas que luchan por superar heridas pasadas, dudas, pensamientos negativos, ansiedad, dolor, baja autoestima o problemas de vida similares y ayudarse mutuamente ofreciendo apoyo emocional y orientación. En este grupo de apoyo entre pares, los participantes aprenderán a través de experiencias compartidas sobre las mejores habilidades de afrontamiento, autoayuda y métodos de autocuidado que juegan un papel clave en su bienestar emocional.

Aquí hay dos formas de unirse:

Virtual en [Microsoft Teams Meeting](#)
o llame 323-776-6996,
ID de Conferencia: 895 763 312#

En Persona:

Por favor escanear el código QR



Este grupo es bilingüe en inglés y español. Para obtener más información, póngase en contacto con nosotros al: SA7PRC@dmh.lacounty.gov o llame 323-705-5992.