

DEPARTAMENTO DE SALUD MENTAL DEL CONDADO DE LOS ÁNGELES

Equipo de Planificación Comunitaria (CPT) de MHSA

AGENDA

FECHA Y LUGAR	ENLACE A LA REUNIÓN
Martes, 14 de enero de 2025 9:30–12:30 p.m Centro de Conferencias y Eventos de St. Anne 155 N. Occidental Blvd, Los Ángeles 90026	Haga clic en Unirse a la reunión ahora ID de reunión: 221 101 411 058 Código de acceso: Cq94iB3k Marque por teléfono +1 323-776-6996 , 255407060# ID de conferencia telefónica: 255 407 060#

OBJETIVOS	<ol style="list-style-type: none">1. Compartir actualizaciones sobre los elementos administrativos relacionados con MHSA.2. Presentar el ajuste de mitad de año de MHSA para el año fiscal 2024-25 y obtener comentarios.3. Llevar a cabo una sesión de escucha para informar al Proceso de Planificación Comunitaria de la Ley de Servicios de Salud Conductual (BHSA, por sus siglas en inglés).
-----------	--

HORA	TEMAS
9:30 – 9:40	I. APERTURA DE LA REUNION <ol style="list-style-type: none">A. Reconocimiento de la Tierra y LaboralB. Anuncios y expectativas de comunicaciónC. Revisión de la agenda
9:40 – 9:50	II. ACTUALIZACIONES ADMINISTRATIVAS RELACIONADAS CON MHSA <ol style="list-style-type: none">A. <u>Actualización</u>: Dr. Darlesh Horn, DPA, Jefe de División, División de Administración y Supervisión de MHSA, LACDMH
9:50 – 10:30	III. PRESENTACIÓN Y COMENTARIOS: AJUSTE DE MITAD DE AÑO DE MHSA (AÑO FISCAL 24-25) <ol style="list-style-type: none">A. <u>Presentación (10 min)</u>: Kalene Gilbert, LCSW, Gerente del Programa de Salud Mental IV, División de Administración y Supervisión de MHSA, LACDMHB. <u>Comentarios (30 min)</u>
10:30 – 12:25	IV. SESIÓN DE ESCUCHA PARA INFORMAR AL CPP DE BHSA <ol style="list-style-type: none">A. Parte 1: Entendimiento compartido (45 min)<ol style="list-style-type: none">1. Discusión en Grupos Pequeños: Salud Conductual, Sistema Integrado de Salud Conductual, Oportunidades y Desafíos2. Reportes y SíntesisB. Descanso (10 min)C. Parte 2: Participación comunitaria (45 min)<ol style="list-style-type: none">1. Discusión en Grupos Pequeños: Grupos de Partes Interesadas y Acuerdos de Participación2. Reportes y Síntesis

DEPARTAMENTO DE SALUD MENTAL DEL CONDADO DE LOS ÁNGELES

Equipo de Planificación Comunitaria (CPT) de MHSA

12:25 – 12:30	V. ULTIMOS ANUNCIOS A. Próximos pasos B. Evaluación de la reunión
12:30	VI. CLAUSURA DE REUNION

DEPARTAMENTO DE SALUD MENTAL DEL CONDADO DE LOS ÁNGELES
Equipo de Planificación Comunitaria (CPT) de MHSA

HOJA DE TRABAJO 1
AJUSTE DE MITAD DE AÑO DE MHSA (AÑO FISCAL 2024-25)

NOMBRE Y CORREO ELECTRÓNICO (OPCIONAL):

1. ¿Qué preguntas y/o comentarios tiene sobre el ajuste de mitad de año de MHSA para el año fiscal 2024-25?

DEPARTAMENTO DE SALUD MENTAL DEL CONDADO DE LOS ÁNGELES
Equipo de Planificación Comunitaria (CPT) de MHSA

HOJA DE TRABAJO A – BHSA CPP

PARTE 1: ENTENDIMIENTO COMPARTIDO –
SALUD CONDUCTUAL Y SISTEMA INTEGRADO DE SALUD CONDUCTUAL

NOMBRE Y CORREO ELECTRÓNICO (OPCIONAL):

PASO 1: INDIVIDUALMENTE

1. ¿Qué se le viene a la mente cuando escucha los siguientes términos?

(A) Salud conductual

(B) Sistema Integrado de Salud Conductual

2. ¿Qué oportunidades y/o desafíos ve, si los hay, en el cambio hacia un Sistema Integrado de Salud Conductual?

(A) Oportunidades

(B) Desafíos

PASO 2: DISCUSIÓN EN GRUPO

1. ¿Cuál es su comprensión compartida de (A) 'Salud conductual' y (B) 'Sistema integrado de salud conductual'?

2. Basado en su comprensión compartida de los términos antes mencionados, ¿qué oportunidades y/o desafíos ven, si los hay, en el cambio hacia un Sistema Integrado de Salud Conductual?

3. ¿Alguna otra observación(es)?

HOJA DE TRABAJO B – BHSA CPP

PARTE 2: PARTES INTERESADAS Y ACUERDOS DE PARTICIPACIÓN

NOMBRE Y CORREO ELECTRÓNICO (OPCIONAL):

1. Categorías de partes interesadas, grupos y diversidad propuestos:

A. ¿Qué le gusta de las categorías de interesados, los grupos y la diversidad propuestos?

B. ¿Qué preguntas y/o sugerencias tiene?

2. ¿Acuerdos de compromiso?

A. Prácticas colaborativas:

1. ¿Qué le gusta de las prácticas colaborativas propuestas?

2. ¿Qué preguntas y/o sugerencias tiene?

B. Expectativas de comunicación:

1. ¿Qué es lo que más le gusta de las expectativas de comunicación propuestas?

2. ¿Qué preguntas y/o sugerencias tienes?

DEPARTAMENTO DE SALUD MENTAL DEL CONDADO DE LOS ÁNGELES

Equipo de Planificación Comunitaria (CPT) de MHSA

BORRADOR DE LA PROPUESTA: PARTES INTERESADAS DE BHSA

PROCESO DE PLANIFICACIÓN COMUNITARIA DE LA LEY DE SERVICIOS DE SALUD CONDUCTUAL: CATEGORÍAS Y GRUPOS DE INTERÉS

El Departamento de Servicios de Atención Médica de California (el "estado" en adelante) requiere que los siguientes veinticuatro grupos de partes interesadas participen en el Proceso de Planificación Comunitaria de la Ley de Servicios de Salud Conductual (BHSA CPP).

1. Adultos y adultos mayores elegibles, según se define en la Sección 5892.
2. Familias de niños y jóvenes elegibles, adultos elegibles y adultos mayores elegibles, según se define en la Sección 5892.
3. Jóvenes u organizaciones juveniles de salud mental o trastornos por uso de sustancias.
4. Proveedores de servicios de salud mental y servicios de tratamiento de trastornos por uso de sustancias.
5. Socios de seguridad pública, incluyendo las agencias de justicia juvenil del condado.
6. Agencias locales de educación.
7. Socios de la educación superior.
8. Organizaciones para la primera infancia
9. Jurisdicciones locales de salud pública.
10. Servicios sociales del condado y agencias de bienestar infantil.
11. Organizaciones representativas de los trabajadores.
12. Veteranos.
13. Representantes de organizaciones que apoyan a veteranos.
14. Organizaciones de atención médica, incluyendo a los hospitales.
15. Planes de servicios de atención médica, incluidos los planes de atención administrada de Medi-Cal según se define en la subdivisión (j) de la Sección 14184.101.
16. Aseguradoras de invalidez.
17. Las personas designadas para el Programa de Salud Tribal e Indígena se establecieron para fines de consulta tribal de Medi-Cal.
18. Las cinco ciudades más pobladas de los condados con una población superior a 200.000 habitantes.
19. Agencias del área sobre el envejecimiento.
20. Centros de vida independiente
21. Representantes de la continuidad de la atención, incluidos los representantes de la comunidad de proveedores de servicios para personas sin hogar.
22. Centros regionales.
23. Servicios médicos de emergencia.
24. Organizaciones comunitarias que atienden a constituyentes cultural y lingüísticamente diversos.

Además, el estado también requiere la participación de diversas partes interesadas,

DEPARTAMENTO DE SALUD MENTAL DEL CONDADO DE LOS ÁNGELES

Equipo de Planificación Comunitaria (CPT) de MHSA

que incluyen, entre otras:

1. Representantes de jóvenes de comunidades históricamente marginadas;
2. Representantes de organizaciones que se especializan en trabajar con comunidades marginadas racial y étnicamente diversas;
3. Representantes de las comunidades LGBTQ+;
4. Víctimas de violencia doméstica y abuso sexual; y
5. Personas con experiencia vivida de sinhogarismo.

La propuesta principal es transformar el actual Equipo de Planificación Comunitaria de MHSA (MHSA CPT) en el Equipo de Planificación Comunitaria de BHSA (BHSA CPT) agregando los grupos de interés y la diversidad requeridos por BHSA y asegurando una representación sólida de las perspectivas de la experiencia vivida y los proveedores de servicios para la prevención del uso de sustancias, la reducción de daños y el tratamiento.

El CPT de MHSA ya representa las perspectivas, experiencias e intereses de todas las categorías de partes interesadas:¹

1. *Equipo de Liderazgo Comunitario*: Incluye a los copresidentes de los Equipos de Liderazgo de Área de Servicio (SALT) y las Comunidades Culturales Desatendidas (UsCC), que son cuerpos de planificación y asesoramiento impulsados por la comunidad para el sistema público de salud mental.
2. *Grupos de partes interesadas de la comunidad*: Incluye (a) clientes, consumidores, cuidadores y/o familiares; (b) grupos de planificación, asesoramiento y defensa de la salud mental y/o el abuso de sustancias; (c) proveedores de servicios de salud mental y/o abuso de sustancias que apoyan a diferentes poblaciones de consumidores; y (d) personas con experiencia vivida y de vida trabajando dentro de roles específicos en los sistemas de salud mental y/o uso de sustancias (es decir, especialistas en pares, trabajadores de salud comunitarios/promotoras, etc.). Esta categoría también incluye los Vecindarios de Salud, que son redes colaborativas de proveedores de salud mental, uso de sustancias y otros servicios humanos y de salud que operan dentro de áreas específicas del vecindario en todo el condado de Los Ángeles.
3. *Departamentos del Condado*: Incluye entidades del Condado que desempeñan un papel fundamental colaborando con el DMH y el Departamento de Salud Pública (DPH) para brindar servicios y apoyos de salud mental y abuso de sustancias a consumidores, clientes, familiares y cuidadores.
4. *Sistema educativo*: Incluye los distritos escolares Kínder a 12 y las instituciones de educación superior son socios críticos en la prestación de servicios de salud mental,

¹ Sobre la base de los aportes de los representantes de DPH SAPC, actualizamos estas categorías de partes interesadas para incluir las perspectivas y los proveedores de uso de sustancias.

DEPARTAMENTO DE SALUD MENTAL DEL CONDADO DE LOS ÁNGELES

Equipo de Planificación Comunitaria (CPT) de MHSA

estrategias de desarrollo de la fuerza laboral, investigación y, entre otras funciones importantes.

5. *Agencias de Gobiernos Locales/Cuasi-Gubernamentales*: Incluye (1) gobiernos municipales con su propia jurisdicción en materia de salud; (2) los gobiernos municipales con las poblaciones más grandes del condado; y (3) entidades cuasi gubernamentales que desempeñan funciones críticas de planificación, coordinación o gestión de recursos que afectan los servicios de salud mental y abuso de sustancias.

El número de representantes asignados a cada grupo de interés se basa en la siguiente lógica:

- a. A los grupos de partes interesadas representados por un consejo o comité se les asignaron dos representantes. Estos consejos o comités representan a múltiples grupos de partes interesadas.
- b. A los grupos de partes interesadas representados por una organización (p. ej., NAMI, First 5 Los Ángeles, etc.) o una red de proveedores de servicios (es decir, Health Neighborhoods) se les asignó un representante. Estas entidades representan a un grupo específico de partes interesadas (por ejemplo, una organización, una red de proveedores de servicios, etc.).
- c. A los grupos de partes interesadas que no están representados por una entidad (es decir, trabajadores de salud comunitarios/*promotoras*, especialistas en apoyo entre pares, veteranos, etc.) se les asignaron dos representantes para garantizar la diversidad de voces de estos grupos.
- d. A los grupos de partes interesadas que representan a personas con experiencia vivida y/o vivida con problemas de salud mental (y ahora con desafíos de uso de sustancias) y/o cuidadores, familiares, parejas, etc., se les asignaron dos representantes para garantizar la diversidad de voces y perspectivas.

CATEGORÍAS DE PARTES INTERESADAS Y REPRESENTANTES

Categoría de Grupos de Interés	Número
1. Equipo de Liderazgo Comunitario	30
2. Grupos de partes interesadas de la comunidad	53
3. Departamentos del Condado	17
4. Sistema Educativo	5
5. Agencias gubernamentales/cuasi gubernamentales	13
Total	118

GRUPO DE INTERÉS CATEGORÍA 1: EQUIPO DE LIDERAZGO COMUNITARIO

DEPARTAMENTO DE SALUD MENTAL DEL CONDADO DE LOS ÁNGELES

Equipo de Planificación Comunitaria (CPT) de MHSA

1. Equipos de Liderazgo de Área de Servicio (SALT)

Equipos de Liderazgo de Área de Servicio (SALT)	Número
1. Equipo de Liderazgo del Área de Servicio 1	2
2. Equipo de Liderazgo del Área de Servicio 2	2
3. Equipo de Liderazgo del Área de Servicio 3	2
4. Equipo de Liderazgo del Área de Servicio 4	2
5. Equipo de Liderazgo del Área de Servicio 5	2
6. Equipo de Liderazgo del Área de Servicio 6	2
7. Equipo de Liderazgo del Área de Servicio 7	2
8. Equipo de Liderazgo del Área de Servicio 8	2
Total	16

2. Comunidades Culturales Desatendidas (USCC)

Comunidades culturales desatendidas	Número
1. Acceso Para Todos (en inglés, Access 4 All)	2
2. Indio Americano/Nativo de Alaska	2
3. Isleños asiáticos del Pacífico	2
4. Herencia negra y africana	2
5. Europa del Este/Oriente Medio	2
6. Latino	2
7. LGBTQIA2-S	2
Total	14

GRUPO DE INTERÉS CATEGORÍA 2: GRUPOS DE INTERÉS DE LA COMUNIDAD²

1. Grupos de partes interesadas de la comunidad

Grupos de partes interesadas de la comunidad	Número
2. Agencias del Área para el Envejecimiento	1
3. Asociación de Agencias Comunitarias de Servicios Humanos (en inglés, ACHSA)	1
4. Promotoras y <i>Promotoras de Salud Comunitaria</i>	2
5. Comité de Competencias Culturales	2
6. Adultos elegibles	2
7. Adultos Mayores Elegibles	2
8. Consejo de Abogacía Basado en la Fe	2

² Los Centros de Vida Independiente requeridos por el estado se incluyen como parte de los grupos de interés de Vivienda y los Servicios Médicos de Emergencia se incluyen como parte de los grupos de interés de Hospitales y Bomberos/Primeros Respondedores.

DEPARTAMENTO DE SALUD MENTAL DEL CONDADO DE LOS ÁNGELES

Equipo de Planificación Comunitaria (CPT) de MHSA

9. Familias y/o cuidadores de niños y jóvenes, adultos elegibles y adultos mayores elegibles	2
10. First 5 Los Angeles /Organizaciones de Primera Infancia	1
11. Personas sin hogar/Personas sin hogar	2
12. Proveedores de vivienda	2
13. Sistema de Vivienda (Housing First y Vivienda Orientada a la Recuperación)	2
14. Coalición de Clientes del Condado de Los Ángeles	1
15. Comisión de Salud Mental del Condado de Los Ángeles	2
16. Alianza Nacional para las Enfermedades Mentales (NAMI, por sus siglas en inglés)	1
17. Consejo Asesor de Pares (Salud Mental)	2
18. Especialistas en apoyo entre pares	2
19. Personas con experiencia vivida con el consumo de sustancias (incluida la representación de la familia y/o la pareja)	6
20. Proveedores de servicios (no mie ACHSA)	2
21. Prevención del consumo de sustancias	2
22. Reducción de Daños por Uso de Sustancias	1
23. Tratamiento para el uso de sustancias	3
24. Sindicatos/Organizaciones Representativas de los Trabajadores	4
25. Veteranos	2
26. Organización de Veteranos	1
27. Consejo de Salud Mental Juvenil (25 años o menos)	2
28. Consejo de Pares Juveniles por Uso de Sustancias (25 años o menos)	2
Total	53

2. Vecindarios de Salud

Vecindarios de Salud	Número
1. SA 1 – Vecindario de la Salud	1
2. SA 2 – Vecindario de la Salud (Noreste del Valle de San Fernando)	1
3. SA 2 – Vecindario de la Salud (Panorama City/Van Nuys)	1
4. SA 3 – Vecindario de la Salud (El Monte)	1
5. SA 3 – Vecindario de la Salud (Este del Valle de San Gabriel)	1
6. SA 4 – Vecindario de la Salud (Boyle Heights)	1
7. SA 5 – Vecindario de la Salud (Palms/Mar Vista)	1
8. SA 5 – Vecindario de la Salud (Venecia/Marina del Rey)	1
9. SA 5 – Vecindario de la Salud (Pico/Robertson)	1
10. SA 6 – Vecindario de la Salud	1
11. SA 7 – Vecindario de la Salud	1
12. SA 8 – Vecindario de la Salud	1
Total	12

DEPARTAMENTO DE SALUD MENTAL DEL CONDADO DE LOS ÁNGELES

Equipo de Planificación Comunitaria (CPT) de MHSA

CATEGORÍA DE PARTES INTERESADAS 3: DEPARTAMENTOS DEL CONDADO

Departamentos del Condado	Número
1. Director ejecutivo (CEO, por sus siglas en ingles)	1
2. CEO Antirracismo, Diversidad e Inclusión	1
3. Departamento de Envejecimiento y Discapacidad	1
4. Departamento de Servicios para Niños y Familias	1
5. Departamento de Servicios de Salud	1
6. Departamento de Justicia, Departamento de Atención y Oportunidades	1
7. Departamento de Asuntos Militares y de Veteranos	1
8. Departamento de Salud Pública	2
9. Departamento de Servicios Sociales Públicos	1
10. Departamento de Desarrollo de la Juventud	1
11. Bomberos/Socorristas	1
12. Bibliotecas	1
13. Parques y Recreación	1
14. Libertad Condicional/Justicia Juvenil	1
15. Defensor Público	1
16. Alguacil	1
Total	17

CATEGORÍA DE PARTES INTERESADAS 4: SISTEMA EDUCATIVO

Entidades	Número
1. Universidad Estatal de California	1
2. Oficina de Educación del Condado de Los Ángeles	1
3. Distrito de Colegios Comunitarios de Los Ángeles	1
4. Distrito Escolar Unificado de Los Ángeles	1
5. Universidad de California	1
Total	5

CATEGORÍA DE PARTES INTERESADAS 5: GOBIERNOS LOCALES Y/O CUASI-GOBIERNOS

Gobiernos Locales y/o Cuasi-Gobiernos	Número
<i>Jurisdicciones locales de salud pública</i>	
1. Long Beach	1
2. Pasadena	1
<i>Ciudades más pobladas</i>	
1. Glendale	1

DEPARTAMENTO DE SALUD MENTAL DEL CONDADO DE LOS ÁNGELES

Equipo de Planificación Comunitaria (CPT) de MHSA

2. Lancaster	1
3. Long Beach	1
4. Los Ángeles	1
5. Santa Clarita	1
<i>Cuasi-Gobiernos</i>	
1. Aseguradoras de discapacidad	1
2. Organizaciones de atención médica/Hospitales	1
3. Autoridad de Servicios para Personas sin Hogar de Los Ángeles	1
4. Planes de Atención Administrada	1
5. Centros Regionales	1
6. Personas designadas para el Programa de Salud Tribal e Indígena establecidas para fines de consulta tribal de Medi-Cal	1
Total	13

DEPARTAMENTO DE SALUD MENTAL DEL CONDADO DE LOS ÁNGELES

Equipo de Planificación Comunitaria (CPT) de MHSA

PROPUESTA: ACUERDOS DE ENCARGO

PRÁCTICAS COLABORATIVAS Y EXPECTATIVAS DE COMUNICACIÓN

En el transcurso de los últimos tres años, los miembros de MHSA CPT han desarrollado y utilizado las siguientes "prácticas de colaboración" y "expectativas de comunicación" para fomentar y apoyar la interacción respetuosa, creativa y productiva entre todos los miembros de BHSa CPT, incluido el personal del Condado. Las Prácticas Colaborativas cubren cuatro áreas para guiar la relación entre DMH (y ahora el Departamento de Salud Pública, (DPH, por sus siglas en inglés)) y los miembros de CPT.

Áreas	Prácticas
Participación Significativo	<p>Involucrar a las partes interesadas de la comunidad de una manera significativa que incluya las siguientes condiciones:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Establecer un propósito, fases y objetivos claros para el proceso general de planificación de la comunidad;2. Llegar a una amplia gama de partes interesadas de la comunidad y los sistemas para que participen en el proceso;3. Involucrar a las partes interesadas en la generación de datos, el análisis de la información y la emisión de recomendaciones en lugar de simplemente pedirles que respalden las decisiones ya tomadas;4. Proporcionar suficiente información sobre una propuesta determinada para emitir una recomendación informada (por ejemplo, población servida, área geográfica, cantidad de financiamiento, presupuesto, etc.);5. Proveer a los participantes tiempo suficiente para revisar los materiales antes de las reuniones;6. Avanzar de una reunión a otra hacia los objetivos establecidos dentro de un plazo razonable, de modo que los participantes no se apresuren a tomar decisiones;7. Asegurar el respeto y el decoro durante las reuniones, libres de ataques personales; y8. Vuelva a ponerse en contacto con los grupos de partes interesadas de la comunidad para comunicar una decisión y/o un plan.
Comunicación efectiva y coordinación eficiente	<p>La participación significativa depende en gran medida de una comunicación eficaz y una coordinación eficiente que incluya:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Avisar con suficiente antelación de las fechas y horas de las reuniones;2. Informar suficiente y pertinentemente en un lenguaje sencillo;3. Traducir y ofrecer materiales al mismo tiempo que materiales en inglés;4. Proporcionar información oportunamente por lo menos una semana antes de las reuniones;5. Evitar establecer reuniones que entren en conflicto estructural con las reuniones existentes de las partes interesadas de la comunidad que son

DEPARTAMENTO DE SALUD MENTAL DEL CONDADO DE LOS ÁNGELES

Equipo de Planificación Comunitaria (CPT) de MHSA

	<p>conocidas por el DMH (por ejemplo, reuniones de SALT, reuniones de UsCC, etc.).</p> <ol style="list-style-type: none">6. Proveer una dirección de correo electrónico centralizada donde un miembro del personal puede responder preguntas;7. Mantener una lista actualizada y centralizada de participantes para garantizar que todos reciban información.
Reuniones accesibles	<p>Asegurar las siguientes condiciones en todas las reuniones para eliminar los obstáculos a la plena participación:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Ofrecer apoyo financiero a los consumidores/clientes para compensar los costos de participación (por ejemplo, transporte, etc.).2. Utilizar diferentes formas de participar en las reuniones, por ejemplo, diferentes ubicaciones y horas, y modos de acceso (por ejemplo, en persona, en línea, etc.).3. Ofrecer servicios de interpretación (ASL, español, coreano y otros idiomas de uso significativo en un área geográfica) y CART en cada reunión.4. Proporcionar materiales en el tamaño de letra adecuado para quienes lo soliciten.5. Garantizar el contraste entre el texto y el fondo (evite el texto claro sobre un fondo claro o el texto oscuro sobre un fondo oscuro).6. Incluir títulos/descripciones cuando utilice imágenes (incluidos gráficos y diagramas).7. Proporcionar comida si las reuniones duran más de dos horas.

Las Expectativas de Comunicación guían la interacción y comunicación entre todos los involucrados en las reuniones de ECAP.

1. **ESTAR PRESENTE:** Llegue a tiempo y haga todo lo posible para participar e involucrarse mutuamente en un espíritu de conversación y aprendizaje.
2. **HABLE DESDE SU PROPIA EXPERIENCIA:** Compartir puntos de vista que están arraigados en sus experiencias nos ayuda a construir una comunidad. Nos ayuda a todos a encontrar áreas en las que podemos relacionarnos y conectarnos entre nosotros.
3. **PRACTICA LA CONFIDENCIALIDAD:** La práctica de respetar y proteger la información confidencial que las personas comparten contigo ayuda a generar confianza.
4. **DAR UN PASO ADELANTE, DAR UN PASO ATRÁS:** "Dar un paso adelante" significa estar dispuesto a compartir tus pensamientos y experiencias con los demás para que tu voz sea parte de la conversación. "Dar un paso atrás" significa ser consciente y consciente de que los demás también necesitan tiempo para hablar, y que algunas personas tardan un poco más en componer sus pensamientos.

DEPARTAMENTO DE SALUD MENTAL DEL CONDADO DE LOS ÁNGELES

Equipo de Planificación Comunitaria (CPT) de MHSA

5. **BUSCA A ENTENDER Y LUEGO SER COMPRENDIDO/A:** Haga preguntas para entender el punto de vista de alguien antes de expresar tu punto de vista. Esto ayuda a que todos se sientan escuchados y evite malentendidos.