

Mental Health Center

Our goal is to contribute to the improved health and well-being of our local community.

Fall 2023 Support Groups/Workshops Listing

Boys Group Participants ages 13-16 will learn skills and practice strategies to deal with emotions in a healthy and constructive way.

MONDAYS 8-week group

Starting 10/2/23 @ 5:30-7:00pm

Girls Group BeYOUtiful Minds group will strive to empower young girls ages 12-15 through support, learning, enabling independence and self-empowerment.

WEDNESDAYS 8-week group

Starting 10/11/23 @ 5:00-6:30pm

Children's Coping Skills Group Kids Coping Plus, Children ages 7-11 will learn how to cope with all those big feelings.

WEDNESDAYS 8-week group

Starting 10/11/23 @ 5:00-6:30pm

Positive Parenting (Spanish) Group will focus on teaching ways to improve the parent-child relationship and teach positive parenting skills. Aimed at parents or caregivers of children all ages.

WEDNESDAYS 8-week group

Starting 10/18/23 @ 5:00-6:30pm

Women's Support Group (Spanish) Learn about mental health, communication, and self-esteem.

FRIDAYS 8-week group

Starting 10/6/23 @ 11:30-1:00pm

Healthy Steps Stroller walk with other parents and caregivers to children ages (0-5). Group will focus on the benefits of exercise and mental health.

THURSDAYS weekly @ 10:00-11:30am

4th Trimester (English/Spanish) designed to prepare couples for life with a new baby. Couples will learn research-based strategies to help prepare them for a healthy adjustment to life with a newborn baby. English: **Every other month on the last Tuesday of the month via ZOOM @ 5:00-6:30pm**

Spanish: **9/12/23 @ 5:00-6:30pm**

Talk Saves Lives (English/Spanish) A brief introduction to suicide prevention.

English: **Wednesday 9/20/20 @ 5:30-6:30 & Thursday 9/28/23 @ 10:00-11:00am**

Spanish: **Wednesday 9/6/23 @ 10:00-11:00am & Tuesday 9/12/23 @ 5:30-6:30pm**

Dad's Support Group (Spanish) Learn effective parenting skills, conflict resolution, stress management, child development and more.

Date: To be determined, please call to be added to the interest list.

For more information about our services or to register, please call: 949-764-6542

307 Placentia Ave. Newport Beach, CA 92663



Melinda Hoag Smith
Center for Healthy Living

Centro de Salud Mental

Nuestra meta es contribuir al mejoramiento de la salud y bienestar de nuestra comunidad.

Otoño de 2023 Listado de Grupos de Apoyo/Talleres

Grupo de niños (ingles) Los participantes de edades 13-16 aprenderán habilidades y practicarán estrategias para lidiar con las emociones de una manera saludable y constructiva.

LUNES grupo de 8 semanas

A partir del 10/2/23 @ 5:30-7:00pm

Grupo de niñas (ingles) BeYOUtiful Minds el grupo se esforzará por empoderar a las niñas de 12 a 15 años a través del apoyo, el aprendizaje, la independencia y el auto empoderamiento.

MIÉRCOLES grupo de 8 semanas

A partir del 10/11/23 @ 5:00-6:30 p.m.

Grupo de habilidades de afrontamiento de niños (ingles) Kids Coping Plus, Niños de 7-11 aprenderán a lidiar con todos esos grandes sentimientos.

MIÉRCOLES grupo de 8 semanas

A partir del 10/11/23 @ 5:00-6:30 p.m.

Crianza Positiva El grupo se enfocará en enseñar formas de mejorar la relación padre-hijo y enseñar habilidades positivas de crianza. Dirigido a padres o cuidadores de niños de todas las edades.

MIÉRCOLES grupo de 8 semanas

A partir del 10/18/23 @ 5:00-6:30p.m.

Grupo de apoyo para mujeres Aprende sobre salud mental, comunicación y autoestima.

VIERNES grupo de 8 semanas

A partir de 10/6/23 @ 11:30-1:00pm

Pasos Sanos Paseo en carriola con otros padres y cuidadores de niños de 0 a 5 años. El grupo se centrará en los beneficios del ejercicio y la salud mental.

JUEVES semanalmente @ 10:00-11:30am

Taller para Nuevos Padres: Preparándose para bebé Taller diseñado para preparar a las parejas para la vida con un nuevo bebé. Las parejas aprenderán estrategias basadas en la investigación para ayudarlos a prepararse para un ajuste saludable a la vida con un bebé recién nacido.

Martes 9/12/23 @ 5:00-6:30pm

Hablar Salva Vidas Una breve introducción a la prevención del suicidio.

MIÉRCOLES 9/6/23 @ 10:00-11:00am & Tuesday 9/12/23 @ 5:30-6:30pm

Grupo de apoyo de papá Aprenda habilidades efectivas de crianza, resolución de conflictos, manejo del estrés, desarrollo infantil y más.

Fecha: Por determinar, llame para ser agregado a la lista de interesados.

Para más información sobre nuestros servicios o para registrarse, por favor llame al: 949-764-6542

307 Placentia Ave. Newport Beach, CA 92663



Melinda Hoag Smith
Center for Healthy Living