



NAMI Central Texas is the local affiliate of the National Alliance on Mental Illness. We offer classes and support groups for people affected by mental health conditions as well as education and training for schools, workplaces, faith communities and neighborhoods. All programs require registration and are offered free of charge.

## Classes and Support Groups

### For Families

#### NAMI Family-to-Family

8-week course for family caregivers and friends of individuals living with a mental health conditions.

#### NAMI Family Support Group

Support group for adult family members and friends of individuals living with mental health conditions.

### For Individuals

#### NAMI Peer-to-Peer

8-week recovery and wellness education course for adults with mental health conditions.

#### NAMI Connection

Recovery and wellness support group for adults with mental health conditions.

## Community Presentations and Professional Trainings

### For Schools

#### Parents & Teachers as Allies

In-service mental health education program for educators and childcare providers.

#### Let's Talk! Start the Mental Health Conversation with Your Teen

Presentation for parents and caregivers of pre-teens and teens with helpful information for having positive mental health conversations.

#### NAMI Ending the Silence

Presentation designed for middle and high school audiences with the goal of raising awareness and changing perceptions about mental health conditions.

### For The Community

#### NAMI In Our Own Voice

Presentation by individuals living with mental health conditions to educate the public, support the individual's wellness and empowerment while dispelling the stigma of mental health conditions

#### Personal Stories

Individual stories of the journey to mental health recovery.

#### Inside Boundaries & Relationships

An interactive presentation on boundaries, mental health and relationships.

#### Bridges to Hope

Training for faith leaders offering tools and resources to build supportive mental health communities.

### On Demand

#### NAMI Basics

6-week course for parents/ caregivers with children, ages 22 and younger, who are experiencing mental health conditions.

#### NAMI Homefront

6-week course designed to address the unique needs of family, caregivers and friends of veterans living with mental health conditions.

#### What is NAMI

Our 30-minute presentation to learn about the mission, vision and services we provide.

#### Mind Matters: Community Talks for Healthy Minds

Our 30-minute presentation to learn about the mission, vision and services we provide.

#### Mental Health Myths

Learn the most common misconceptions about mental health.

#### Mental Health 101

Learn the basics about mental health, treatment and resources.

#### NAMI Family & Friends

Overview of educational materials, videos, and resources to support your loved one living with a mental health condition.

#### NAMI Sharing Hope

Workshops exploring the journey of mental wellness in Black and Hispanic/Latinx communities through dialogue, storytelling, and guided discussions.

#### Crisis Intervention Training (CTT)

Provides law enforcement officers an understanding of how mental illness impacts individuals and families.

La Alianza Nacional En Enfermedades Mentales (NAMI) Central Texas se dedica a mejorar la calidad de vida de las personas con condiciones mentales y sus familias a través del apoyo, la educación y la promoción.

## Programas de Educación y Apoyo

### Para Las Familias

#### De Familia a Familia de NAMI

Es un programa educativo de 8 sesiones gratuitas para familiares, parejas, amigos, y seres queridos de adultos que viven con una enfermedad mental.

#### Familia y Amigos

Resumen de materiales educativos, videos y recursos para ayudar a su ser querido con una condición de salud mental.

#### Grupo de Apoyo para Familiares de NAMI

Es un grupo, confidencial y seguro para ayudar a los familiares y seres queridos de personas que viven con una enfermedad mental.

#### Bases y Fundamentos de NAMI

Es un programa de 6 sesiones gratuitas diseñado para padres de familia y personas encargadas del cuidado de niños y adolescentes que viven con dificultades de tipo emocional o conductual.

## Presentaciones Comunitarias

### Para Las Escuelas

#### Vamos a platicar: Comenzando una conversación de salud mental con su adolescente

Esta presentación de una hora empodera a los padres para que hablen con sus hijos adolescentes sobre la salud mental disipando los mitos sobre la salud mental y brindando recursos útiles y un lenguaje saludable para usar.

#### Padres y Maestros como Aliados: Reconociendo la Enfermedad Mental de Inicio Temprano en Niños y Adolescentes

Una presentación sobre la salud mental en servicio para el personal escolar actual y futuro. Te familiariza con las primeras señales de alerta de enfermedades mentales en niños y adolescentes. Aprenderá cómo apoyar a los estudiantes que experimentan desafíos de salud mental y cómo asociarse de manera efectiva con las familias para conectar a estos estudiantes con los servicios desde el principio.

### Para Los Individuos

#### De Persona a Persona de NAMI

Es un grupo de apoyo para la recuperación de cualquier adulto que vive con los retos asociados con una enfermedad mental. Este programa está diseñado para unir, motivar y apoyar a sus participantes bajo un modelo estructurado de apoyo grupal.

#### NAMI Conexión

Es un grupo de apoyo para la recuperación de cualquier adulto que vive con los retos asociados con una enfermedad mental. Este programa está diseñado para unir, motivar y apoyar a sus participantes bajo un modelo estructurado de apoyo grupal.

### Para Todos

#### En Nuestra Propia Voz de NAMI

Es un programa de educación pública único en el cual dos oradores comparten impactantes historias personales derivadas de vivir con los retos de una enfermedad mental y de lograr recuperarse.

#### Historias Personales

Historias individuales del viaje a la recuperación de la salud mental.

#### Salud Mental 101

Aprenda los conceptos básicos sobre la salud mental, tratamiento y recursos.

#### Compartiendo Esperanza: "No hay salud sin salud emocional"

Una presentación interactiva sobre la salud emocional, tratamientos y apoyo.

#### ¡Necesitamos voluntarios!

¿Quiere mejorar la conciencia de la salud mental en nuestra comunidad? ¿Ha usted o un ser querido sido afectado por la salud mental?  
¡Contáctenos hoy!