



Programa Para Fomentar Vidas Activas y Gratificantes (PEARLS)

**¿Ha perdido interés en actividades del día a día?
¿Te has sentido triste o sola (o)?**

Si tiene 60 años o más y respondió “sí” a cualquiera de estas preguntas, hay ayuda.

La Agencia sobre el Envejecimiento del Área del Condado de Ventura (VCAAA), en asociación con Ventura County Behavioral Health, ofrece un programa comunitario y de atención de alta calidad sin costo llamado PEARLS.

A menudo, las pérdidas que sufrimos a medida que envejecemos y los cambios en la salud física, la estructura social e incluso la independencia pueden provocar sentimientos de soledad, tristeza, frustración, irritabilidad y ansiedad.

El programa PEARLS enseña habilidades para manejar estos sentimientos y mejorar la calidad de vida.

Para obtener más información sobre PEARLS, visite www.vcaaa.org o llame al (805) 477-7300. Las consultas también se pueden enviar por correo electrónico a lois.vcaaa@ventura.org.



*Hecho posible a través de la Ley de Servicios de Salud Mental (Por sus sigla en inglés MHSA)
y Servicios de Salud Mental del Condado de Ventura (por sus siglas en Inglés VCBH).
© 2018 University of Washington. All rights reserved. PEARLS and associated logos are trademarks of the University of Washington.*