



¡Exprésate!



Radio Bienestar

Anfintriones: Dalia Pesqueira & Alfonso Ruiz



IMPERIAL COUNTY
Behavioral Health Services
MENTAL HEALTH & SUBSTANCE USE RECOVERY
— *Esperanza, Bienestar y Recuperación* —

Agosto
2026



La Terapia Ecuere y la Salud Mental

Transmitido en marzo del 2017
Semana del 3 de agosto

La terapia ecuestre beneficia a personas con discapacidades al promover su bienestar físico, social y emocional. Conozca el programa del Departamento de Salud Mental para adolescentes y adultos jóvenes junto a la gerente Dalia Pesqueira.

Oradora Invitado:
Dalia Pesqueira, LMFT
Gerente de Salud Mental Servicios para Jóvenes y Adultos Jóvenes

Day Out Center

Transmitido en abril del 2025
Semana del 10 de agosto

El Centro Day Out es un programa integral de atención preventiva y personalizada que apoya a los participantes en el logro de sus metas, mientras brinda respiro a cuidadores y familias. También promueve la independencia y la calidad de vida.

Oradora Invitado:
Maribelle Mendez
Directora-Day Out Center
Cynthia Gomez
Trabajadora Social-Day Out Center

La Yoga de la Risa

transmitido en octubre 2023
Semana del 17 de agosto

El Yoga de la Risa es una práctica que combina la risa voluntaria con sus beneficios físicos y emocionales. Acompañenos mientras conversamos con la Embajadora de la Risa, Mayra Reyes, sobre las técnicas y beneficios de esta alegre disciplina.

Oradora Invitado:
Mayra L. Reyes, LCSW,
Embajadora de la Risa,
La Yoga De La Risa (Laughter Yoga)

WomanHaven

transmitido en marzo 2026
Semana del 24 de agosto

La misión de WomanHaven es promover y brindar una respuesta integral a la violencia doméstica, el acoso y la trata de personas a través de la extensión comunitaria y la educación, la prevención, la intervención, los servicios de apoyo al cliente y los servicios de seguridad y refugio.

Oradora Invitado:
Griselda Partida, Sobreviviente,
Consejera y Coach de Vida
Embrace Your Purpose

Sure Helpline

transmitido en febrero 2026
Semana del 31 de agosto

Sure Helpline Center ofrece un lugar seguro para mujeres y familias en crisis, brindando servicios que promueven la salud mental, la estabilidad y la prevención de la violencia doméstica y sexual.

Orador Invitado:
Jose Luis Mendoza, ASW
Defensor y Educador de Victimas
Sure Helpline Center

Sintonizate



Miércoles a las 8am

Visita www.kxoradio.com
para podcasts bajo demanda

bhs.imperialcounty.org
Para acceder a servicios contacte
(442) 265-1525 o (800)-817-5292

Si tiene preguntas que le gustaría que contestemos
en el programa, mande un correo electrónico a:
wellnessradio@co.imperial.ca.us