



# **SANACIÓN COLECTIVA A TRAVÉS DEL ARTE: ENCONTRAR ESPERANZA DESPUÉS DE UNA PÉRDIDA**

Experimente el poder transformador de la creatividad y la comunidad mientras nos reunimos para encontrar esperanza y sanación a través del arte.

Únase a nosotros en dos talleres prácticos GRATUITOS con los artistas y defensores de la salud mental Cynthia Gahan y Josh Griffin, y conéctese con otras personas que están experimentando pérdidas en sus vidas. Obtenga información sobre los recursos y servicios que pueden ayudarlo a usted o a otras personas que atraviesan un duelo.

Regístrese para el evento, escaneando el código QR o visite nuestro sitio web en [MentalHealthMattersWA.com](http://MentalHealthMattersWA.com)

**Domingo,  
29 de Septiembre**

**1:30 - 4:00 PM**


**Skagit Valley College  
2405 E College Way  
Mount Vernon, WA  
ANGST HALL  
(salones 125 & 129)**



Escanee para registrarse



**MENTAL HEALTH**  
- MATTERS -  
of Washington



Únase a nosotros para asistir a dos talleres gratuitos:

***Homenajes preciados:*** en este taller, Cynthia Gahan de Heart Art Healing nos ayudará a crear una memoria, para recordar a un ser querido y ayudar a que su espíritu brille. Los participantes decorarán una caja o un marco de recuerdos con fotos, recuerdos y otros detalles creativos que representen a su ser querido. Se proporcionarán todos los materiales para manualidades y se invita a los participantes a traer fotos y pequeños objetos de sus seres queridos para incorporarlos a su preciado homenaje.



**Cynthia Gahan**

***El poder de las palabras para sanar:*** ¿Es posible aceptar el duelo y la pérdida como regalos, en lugar de verlos de forma negativa? ¿Pueden servir como recordatorio de nuestra capacidad de amar y sentir profundamente? En este taller, el defensor comunitario y artista Josh Griffin nos ayudará a explorar estas ideas a través de la poesía y la prosa, tanto de forma individual como colectiva, para comprender mejor el duelo y la pérdida y crear herramientas personales para navegar por estas experiencias profundas. Traiga un objeto, poesía, prosa o un recuerdo que represente algo o alguien por quien haya llorado o perdido. Juntos, honraremos estos recuerdos.



**Josh Griffin**



**MENTAL HEALTH**  
- MATTERS -  
of Washington

**Preguntas? Escribe a [Info@MentalHealthMattersWA.com](mailto:Info@MentalHealthMattersWA.com)**