

# Vi khuẩn COVID-19 và sức khỏe tâm trí/tâm thần của Quý Vị

Kính mời Quý Vị tham gia Buổi Hội Thảo Cộng Đồng trên mạng (Virtual) để biết những thông tin và những tài liệu nhằm giúp quý vị giảm những căng thẳng trong khoảng thời gian thử thách khó khăn này.



Đại dịch COVID-19 (coronavirus) làm gia tăng căng thẳng và lo lắng cho nhiều người trong cộng đồng của chúng ta. Cơ Quan Phục Vụ Sức khỏe tâm trí/tâm thần của Quận Hạt Santa Clara hiện diện để hỗ trợ sức khỏe và những ích lợi của quý vị và sẽ tài trợ cho các buổi hội thảo Cộng Đồng trên mạng. Tại các Buổi Hội Thảo Trên Mạng này, những thông tin và tài liệu đặc biệt về sức khỏe tâm trí/tâm thần cho các cá nhân, gia đình và cộng đồng sẽ được chia sẻ.

## Những người tham gia sẽ:

- Hiểu biết các cách thức để kiểm soát căng thẳng, bao gồm lo lắng và trầm cảm;
- Hiểu biết về các nguồn dịch vụ sức khỏe tâm trí/tâm thần ở tại địa phương;
- Có một cuộc thảo luận, đặt câu hỏi và được trả lời từ những chuyên gia sức khỏe tâm trí/tâm thần và đồng nghiệp.

Buổi Hội Thảo Cộng Đồng Trên Mạng sẽ diễn ra qua Zoom và Facebook Live vào Ngày **27 Tháng 5, 2020, từ 6 giờ đến 7 giờ tối (6PM-7PM).**



Buổi hội thảo Cộng Đồng Được tài trợ bởi Cơ Quan Phục Vụ Sức khỏe Tâm Trí/Tâm Thần của Quận Hạt Santa Clara và các tổ chức cộng đồng:

**Buổi Hội Thảo Cộng Đồng Trên Mạng sẽ được tổ chức qua link Zoom và Facebook Live, và sẽ được thu lại.**

**Xin quý vị hãy bấm vào link để ghi danh tham dự:**  
<https://bit.ly/vvtownhall>

**Trong khi dự Buổi Hội Thảo Trên Mạng, quý vị có thể đánh câu hỏi vào "Chat Box," ban diễn giả sẽ trả lời quý vị.**



@cscbehavioralhealth



@cschealthsystem



@cscbehavioralhealth

Radio Tiếng Mỏ Bắc Cal  
Viet Voice San Jose



Đài Phát Thanh Việt Nam Bắc Cal  
Lên sóng Âm 1980

