



TOGETHER, WE CAN THERAPY GROUP



WHAT IS THE FOCUS OF THE GROUP?

This will be a Spanish-speaking men's adult group that will provide opportunity to build community support and reduce negative stigma about mental health.

TOPICS COVERED:

- Misconceptions and cultural factors affecting men's mental health
- Psycho-education about depression and anxiety and how culture influences each disorder
- Learn grounding techniques, deep breathing exercises and other activities to reduce symptoms
- Discuss trauma and how it can affect the body if not addressed

WHO IS ELIGIBLE?

- Open to Spanish-speaking males
- Generations' patients and non-patients
- 18+ years old



WHEN:

Wednesdays, 3:00 - 4:00 pm
April 29 – June 24, 2026

WHERE:

Generations Family Health Center
40 Mansfield Avenue • Willimantic

COST/PAYMENT:

We accept Medicare, Medicaid, most private insurance plans, and patients without insurance. Contact your insurance company to confirm coverage, or call our office to discuss your options. If you're uninsured or need financial assistance, ask about our Sliding Fee Scale program to see if you qualify for a reduced rate. Rates are available upon request and can be provided before registration.

TO LEARN MORE/REGISTER:

Contact Susana Doolittle, LCSW at 860-450-0585
or susana.doolittle@genhealth.org

SITES: DANIELSON. NORWICH. PUTNAM. WILLIMANTIC
SCHOOL BASED HEALTH CENTER: PUTNAM
MOBILE HEALTH UNIT

GENHEALTH.ORG



REV. 03.24..26



¡JUNTOS PODEMOS! GRUPO DE TERAPIA



¿CUÁL ES EL ENFOQUE DEL GRUPO?

Este será un grupo de hombres adultos quienes hablas español, el grupo ofrecerá la oportunidad de fomentar apoyo comunitario y reducir el estigma negativo sobre la salud mental.

TEMAS TRATADOS:

- Conceptos erróneos y como la cultura afecta a la salud mental para hombres
- Psicoeducación sobre la depresión y la ansiedad
- Aprende técnicas diferentes, ejercicios de respiración profunda y otras actividades para reducir sus síntomas de depresión
- Hablar sobre como su pasado traumas pueden afectar tu presente

¿QUIÉN ES ELEGIBLE?

- Abierto a hombre quienes hablan español
- Pacientes y no pacientes de generaciones
- 18+ años



CUANDO:

Miércoles, 3:00 - 4:00 pm
29 de abril - 24 de junio de 2026

DONDE:

Generations Family Health Center
40 Mansfield Avenue • Willimantic

COSTE/PAGO:

Aceptamos Medicare, Medicaid, la mayoría de los seguros privados y pacientes sin seguro. Contacta con tu compañía de seguros para confirmar la cobertura, o llama a nuestra oficina para hablar sobre tus opciones. Si no tienes seguro o necesitas ayuda financiera, pregunta por nuestro programa de Escala de Tarifas Progresivas para ver si cumples los requisitos para una tarifa reducida. Las tarifas están disponibles bajo solicitud y pueden proporcionarse antes del registro.

PARA SABER MÁS/REGISTRARSE:

Contacta con Susana Doolittle, LCSW,
en el 860-450-0585
o susana.doolittle@genhealth.org

SITES: DANIELSON. NORWICH. PUTNAM. WILLIMANTIC
SCHOOL BASED HEALTH CENTER: PUTNAM
MOBILE HEALTH UNIT

GENHEALTH.ORG



REV. 03.23..26