

FREE MIND



Jueves, 5 de marzo
6:00-8:00 p.m.

¡Regalo especial para las primeras 50 familias!
bit.ly/FreeMindMontgomery

Aspectos Destacados Del Evento

- 🎗 **Conversaciones con atletas reconocidos dirigidas por un experto en salud mental**
- 🎗 **CENA GRATIS para familias**
- 🎗 **Horas SSL (grades 6-12)**
- 🎗 **Guardería supervisada (K-6) disponible**
- 🎗 **Premios de puerta y regalos**

Acerca De Nuestro Evento

Únase a nosotros para una noche diseñada para apoyar a las familias, fortalecer conexiones y generar conversaciones significativas sobre la salud mental de los jóvenes. Aprender cómo mental salud y sustancia usar son conectado para juventud

- 🎗 Aprender cómo la salud mental y el uso de sustancias están relacionados en los jóvenes
- 🎗 Obtener herramientas prácticas para apoyar conversaciones saludables en el hogar
- 🎗 Escuchar perspectivas de expertos en salud mental y atletas defensores
- 🎗 Fortalecer habilidades de liderazgo que apoyan el bienestar familiar y comunitario
- 🎗 Conectarse con recursos diseñados para apoyar a jóvenes de 12 a 17 años

Nuestro moderador: Dra. Mena Mirhom, MD, psiquiatra certificado por la FAPA



El Dr. Mena Mirhom, MD, FAPA, es un psiquiatra formado en la Universidad de Columbia y certificado por la junta, que aporta una vasta experiencia y liderazgo en el campo de la salud mental. Actualmente se desempeña como Director Médico de Servicios de Salud Conductual y Director de Bienestar de Athletes for Hope. Además de sus funciones clínicas, el Dr. Mirhom es Profesor Adjunto de Psiquiatría en la Universidad de Columbia, donde da clases a becarios de psiquiatría pública y contribuye a la formación de la próxima generación de profesionales de la salud mental.

El Dr. Mirhom completó su formación en psiquiatría para adultos en el Sistema de Salud Mount Sinai y su especialización en el Centro Médico de la Universidad de Columbia. Con un firme compromiso con el avance de la salud mental, es un orador nacional muy solicitado en temas relacionados con la salud mental y el bienestar. Su experiencia también lo ha convertido en un consultor de confianza de la Asociación Nacional de Jugadores de Baloncesto (NBA), donde asiste a jugadores y personal de la NBA con sus necesidades de salud mental.

El Dr. Mirhom trata una amplia gama de trastornos psiquiátricos, como ansiedad, depresión, TDC, trastorno de estrés posttraumático, trastorno por consumo de sustancias y trastorno bipolar. Su enfoque integral y su dedicación a sus pacientes lo han consolidado como una figura destacada en el campo de la psiquiatría.

Invitado especial: Mo'ath Alkhalwaleh Marathoner Olímpico



Mo'ath Alkhalwaleh es un maratonista olímpico que ha representado a Jordania a nivel mundial, incluyendo los Juegos Olímpicos de Verano de 2024.

Además de competir internacionalmente, es mentor de atletas y defensor del deporte como herramienta para el desarrollo comunitario, la inclusión y el bienestar.



Invitado especial: John Harkes, miembro del Salón Nacional de la Fama del Fútbol



John Harkes es un excentrocampista de la selección nacional masculina de Estados Unidos y miembro del Salón de la Fama del Fútbol Nacional. Contribuyó a la formación del fútbol estadounidense en la década de 1990. Fue internacional con Estados Unidos en 90 ocasiones, jugó dos Copas Mundiales de la FIFA y fue uno de los primeros estadounidenses en triunfar profesionalmente en Inglaterra.

En la Major League Soccer, ganó dos Copas MLS con el D.C. United antes de dedicarse a la dirección técnica y la transmisión, contribuyendo así al fútbol en Estados Unidos. John tiene tres hijos con su esposa, Cindi. Los tres se dedicaron al fútbol: él jugó profesionalmente en la MLS y en Europa, mientras que sus hijas jugaron a nivel universitario y en otros ámbitos.



Organizado por Parkland Magnet Middle School y Montgomery Goes Purple
4610 W Frankfort Drive, Rockville, MD 20853



**BOTA
NEIRO**
SMALL PLATES • WINE BAR