



## "LA ESPERANZA VIVE"



### UN PROGRAMA PARA ADULTOS MAYORES NECESITAS HABLAR?

Te sientes solo(a)?

Estas discutiendo con un ser querido?

No tienes con quien conversar?

Tienes demasiado estrés o angustia?

Sientes Depresión, Ansiedad?

Tienes tristeza y preocupaciones?

**HAY UNA PERSONA CONFIABLE, DE SIMILAR EDAD Y CULTURA,  
QUE SE HA PREPARADO Y ESTA LISTA PARA ESCUCHARTE!**

## ESTE SERVICIO ES GRATUITO

En el condado de San Mateo, para personas mayores de 55 años.

**EL APOYO HACE UNA GRAN DIFERENCIA EN TU VIDA!**

**Para más información comuníquese con:**

**650-403-4300 ext. 4369**



# SENIOR PEER COUNSELING



*Do you ever wish you had someone to talk to*

Do you feel alone?

Do you have anyone to speak with?

Do you have worries and concerns?

Do you suffer from stress or anxiety?

**There are people ready to listen, support, and guide you**

Counselors are trained by professionals, and have a variety of knowledge and skills!

**THIS IS A FREE SERVICE**

For San Mateo County adults over 55 years of age

**SUPPORT CAN MAKE A BIG DIFFERENCE IN YOUR LIFE**

**For more information contact:**

**Geri at 650-403-4300 ext. 4389 or  
glustenberg@peninsulafamilyservice.org**

**24 SECOND AVENUE, SAN MATEO, CA 94401 650.403.4300 WWW.PENINSULAFAMILYSERVICE.ORG**

