

Pain Isn't Always Obvious

**KNOW  
THE SIGNS**

Suicide Is Preventable



## SUICIDE PREVENTION TRAINING

**Know the signs, Start the conversation, Save a life!**

This free one hour community training is offered by Tehama County Health Services Agency.

### WHAT YOU WILL LEARN:



Warning signs  
of suicide and  
who is at risk!



How to talk to  
someone at risk  
and provide  
support!



Learn about  
local and  
national  
resources!

**\*Spanish-language training available upon request.**

### HOW TO REGISTER:

Visit the Eventbrite link below and register for any upcoming training.

<https://www.eventbrite.com/o/tehama-county-health-services-agency-120677787405>

**Contact us for more information:**



Fernando.Villegas@tchsa.net



Almaris.Meza@tchsa.net



530-840-1418



530-567-5279

# **Know The Signs of Suicide**

**12 Trainings available in 2026!**

**Be the difference, take the training, or tell a friend!**

**All trainings will be at The STAN's Wellness Center,  
1900 Walnut St. Suite J in Red Bluff, CA from 9:00 am - 10:00 am**

**Additional trainings can be offered at your location. Please contact us to  
arrange! Community members, workers, parents, and students are  
encouraged to attend!**

- January 15, 2026
- February 19, 2026
- March 19, 2026
- April 16, 2026
- May 21, 2026
- June 18, 2026
- July 16, 2026
- August 20, 2026
- September 17, 2026
- October 15, 2026
- November 19, 2026
- December 17, 2026

**Find the trainings and register at the Eventbrite link below:**

<https://www.eventbrite.com/o/tehama-county-health-services-agency-120677787405>



**Questions?**

**Contact Almaris Meza at (530) 567-5279 or  
Fernando Villegas at (530) 840-1418**

El Sufrimiento No Siempre Se Nota

**RECONOZCA  
LAS SEÑALES**

El Suicidio Es Prevenible



## ENTRENAMIENTO PARA LA PREVENCIÓN DEL SUICIDIO

**Conozca las señales, inicie la conversación, ¡salve una vida!**

Este entrenamiento comunitario gratuito de una hora es ofrecido por la Agencia de Servicios de Salud del Condado de Tehama.

## LO QUE APRENDERÁN:



Señales de advertencia del suicidio y quiénes corren riesgo.



Cómo conversar con alguien en riesgo y proveer apoyo.



Conozca los recursos locales y nacionales.

**\*Entrenamiento en español disponible a solicitud.**

## CÓMO REGISTRATE:

Visite el enlace y regístrese para cualquier entrenamiento en Eventbrite

<https://www.eventbrite.com/o/tehamacountyhealthservicesagency-120677787405>

## Contáctenos para más información



Fernando.Villegas@tchsa.net



Almaris.Meza@tchsa.net



530-840-1418



530-567-5279

# **Conozca las señales del suicidio**

**12 entrenamientos disponibles en 2026!**

**¡Haga la diferencia, tome el entrenamiento o recomiéndelo a un amigo!**

**Todos los entrenamientos se realizarán en el STAN's Wellness Center,  
1900 Walnut St. Suite J en Red Bluff, CA, de 9:00 a.m. a 10:00 a.m.**

**Se pueden ofrecer entrenamientos adicionales en su ubicación. ¡Contáctenos para  
coordinarlos!**

**¡Animamos a que asistan miembros de la comunidad, trabajadores, padres y  
estudiantes!**

- 15 de enero de 2026
- 19 de febrero de 2026
- 19 de marzo de 2026
- 16 de abril de 2026
- 21 de mayo de 2026
- 18 de junio de 2026
- 16 de julio de 2026
- 20 de agosto de 2026
- 17 de septiembre de 2026
- 15 de octubre de 2026
- 19 de noviembre de 2026
- 17 de diciembre de 2026

**Encuentre los entrenamientos y regístrese en el enlace de Eventbrite a  
continuación:**

<https://www.eventbrite.com/o/tehama-county-health-services-agency-120677787405>



**Preguntas?**

**Contacta a Almaris Meza al (530) 567-5279 o  
Fernando Villegas al (530) 840-1418**