

PERSONALIZING MENTAL HEALTHCARE

Open to the public

*Sponsored by Mentoring in Neuroscience
Discovery at Sinai (MiNDS)*

Learn how artificial intelligence,
behavioral testing, and neuroimaging
help in the diagnosis and treatment
of mental illnesses.

December 1, 2021
5 - 6 pm

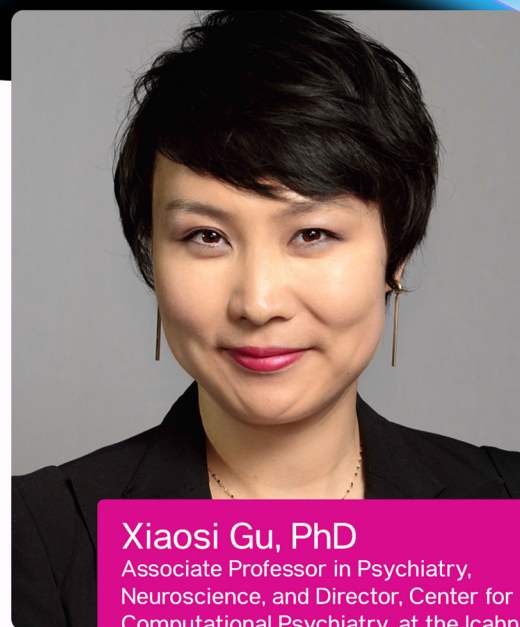
Register now at

<http://ow.ly/aCsA50GBp9I>

to receive Zoom information.



*The Friedman
Brain Institute*



Xiaosi Gu, PhD

Associate Professor in Psychiatry,
Neuroscience, and Director, Center for
Computational Psychiatry, at the Icahn
School of Medicine at Mount Sinai



Laura Berner, PhD

Assistant Professor of Psychiatry at the
Icahn School of Medicine at Mount Sinai



Community *Virtual* Events

Mount Sinai Health System



DECEMBER 2021

Want to be in the Know?

Receive the latest health and wellness news you can use from Mount Sinai by text.

Text **START** to 90846 to join.



Program Details: Message & data rates may apply. Message frequency will vary. You must be 18 years or older to participate. Text HELP for assistance.

Thursdays, December 2 & 16 4 - 5 pm

CAREGIVER SUPPORT GROUP

Join this group to reduce stress, connect with others, and learn.

Facilitated by: Social Work Interns Jaclyn Zingman and Nicole Ross

Virtual Meeting via Zoom:

Meeting ID: 950 5432 2314

Call In: 646-876-9923

For more information, or to RSVP, email Jaclyn Zingman at jaclyn.zingman@mountsinai.org or call 212-523-7289.

SPONSORED BY: Cancer Supportive Services

Mondays, December 6, 13, 20 & 27 1 - 2 pm

MOUNT SINAI VOCAL ENSEMBLE

Join our Mount Sinai Vocal Ensemble for a little musical delight. Join in whether it's to sing yourself or to enjoy music from the comfort of your own home.

Join Zoom Meeting:

<https://bit.ly/3mxB9Cy>

Meeting ID: 448 800 2565

Passcode: 506560

SPONSORED BY: Cancer Supportive Services

Tuesday, December 7 4 - 5 pm

FREE DIABETES CLASSES AT MOUNT SINAI

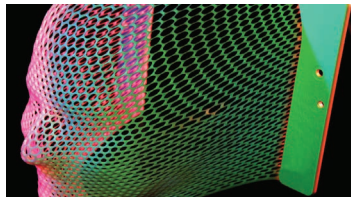
How Stress Management Helps to Lower Blood Glucose

Facilitated by: Certified Diabetes Educators

Virtual Meeting via Zoom:

For more information, or to RSVP, email Camilla.Levister@mssm.edu. You will receive the Zoom information and instructions for joining within 72 hours.

SPONSORED BY: Mount Sinai Diabetes Center



Mondays, December 13 & 27 4 - 5 pm

RADIATION ONCOLOGY SUPPORT WORKSHOP

Are you undergoing radiation treatment? Are you interested in connecting with others who are also going through the same treatment?

Join Zoom Meeting:

<https://mountsinai.zoom.us/j/92212916996>

Meeting ID: 922 1291 6996

Call In: 646-876-9923

SPONSORED BY: Cancer Supportive Services

Tuesday, December 14 Noon - 1 pm

WOMAN TO WOMAN: LIVING WITH RECURRENT GYNECOLOGIC CANCER

This group is for survivors of gynecologic cancer who have experienced a recurrence. Gain support, learn from others, and share resources with those who have faced cancer a second time.

Join Zoom Meeting:

<http://bit.ly/3b7HgdK>

Meeting ID: 827 5694 9116

Call In: 929-205-6099



SPONSORED BY: Mount Sinai

Wednesday, December 15 11 am - Noon

USING ART TO PROMOTE SELF-CARE DURING THE HOLIDAYS

Zentangle is an easy to learn method of pattern drawing that reduces stress while promoting creativity, focus, and well-being, along with a feeling of tranquility and relaxation. It requires no previous drawing or art experience.

Speaker: Maryann Scheblein-Dawson, certified Zentangle teacher and cancer survivor

Join Zoom Meeting:

<https://mountsinai.zoom.us/j/7906894948>

Meeting ID: 790 689 4948

Call in: 646-876-9923

SPONSORED BY: Cancer Supportive Services

PERSONALIZACIÓN MENTAL CUIDADO DE LA SALUD

Abierto al público

Patrocinado por **Mentoring in Neuroscience
Discovery at Sinai (MiNDS)**

Aprenda cómo la inteligencia artificial,
pruebas de comportamiento y neuroimagen
ayuda en el diagnóstico y tratamiento
de enfermedades mentales.

1^{ro} de Diciembre
5 - 6 pm

Regístrese ahora en

<http://ow.ly/aCsA50GBp9I>

para recibir información de Zoom.



*The Friedman
Brain Institute*



Xiaosi Gu, PhD

Profesora asociada de psiquiatría,
neurociencia y directora del Centro de
Psiquiatría Computacional de la
Facultad de Medicina Icahn de Mount Sinai



Laura Berner, PhD

Profesor asistente de psiquiatría en la
Escuela de Medicina Icahn en Mount Sinai



DICIEMBRE 2021

¿Quiere mantenerse al día?

Reciba las últimas noticias de salud y bienestar de Mount Sinai vía texto.

Envíe texto **START** al 90846 para unirse.



- Detalles del programa: Tarifas de mensajes y datos pueden aplicar. La frecuencia de mensajes puede variar.
- Debe tener 18 años o más para participar.
- Envíe un mensaje de texto HELP para obtener ayuda, STOP para cancelar.

Jueves, 2 & 16 de diciembre
4 - 5 pm

GRUPO DE APOYO PARA CUIDADORES

Acompáñenos en este grupo para reducir el estrés, conectarse con otras personas, y aprender.

Moderado por: Estudiantes de trabajo social
Jaclyn Zingman y Nicole Ross

Reunión virtual vía Zoom:

ID de reunión: 950 5432 2314

Llamando: 646-876-9923

Para más información, o RSVP, vía correo electrónico Jaclyn Zingman, jaclyn.zingman@mountsinai.org o llamando 212-523-7289.

AUSPICIADO POR: Cancer Supportive Services

Lunes, 6, 13, 20 & 27 de diciembre
1 - 2 pm

CONJUNTO VOCAL DE MOUNT SINAI

Acompáñenos en nuestro Conjunto Vocal de Mount Sinai para una delicia musical. Acompáñenos cantando o disfrutando de la música desde la comodidad de su hogar.

Reunión vía Zoom:

<https://bit.ly/3mxB9Cy>

ID de reunión: 448 800 2565

Contraseña: 506560

AUSPICIADO POR: Cancer Supportive Services

Martes, 7 de diciembre
4 - 5 pm

CLASES GRATUITAS SOBRE DIABETES EN MOUNT SINAI

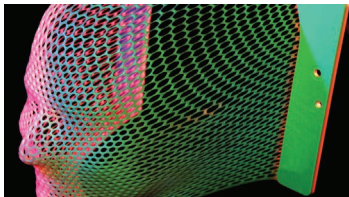
Cómo el manejo del estrés ayuda a reducir la glucosa en la sangre

Moderado por: Educadores certificados en diabetes.

Reunión virtual vía Zoom:

Para más información, y RSVP, envíe correo electrónico a Camilla.Levister@mssm.edu. Recibirá la información y las instrucciones para unirse de Zoom en menos de 72 horas.

AUSPICIADO POR: Mount Sinai Diabetes Center



Lunes, 13 & 27 de diciembre
4 - 5 pm

TALLER DE APOYO PARA PACIENTES DE RADIACION

¿Se está sometiendo a un tratamiento de radiación y está interesado en conectarse con otras personas que están pasando por el mismo tratamiento?

Reunión vía Zoom:

<https://mountsinai.zoom.us/j/92212916996>

ID de reunión: 922 1291 6996

Llamando: 646-876-9923

AUSPICIADO POR: Cancer Supportive Services

Martes, 14 de diciembre
Mediodía - 1 pm

DE MUJER A MUJER: VIVIENDO CON CÁNCER GINECOLÓGICO RECURRENTE

Grupo para sobrevivientes de cáncer ginecológico que han sobrellevado una recurrencia. Reciba apoyo, aprenda de los otros pacientes, y comparta recursos con pacientes que han enfrentado el cáncer por una segunda vez.

Reunión virtual vía Zoom:

<http://bit.ly/3b7HgdK>

ID de reunión: 827 5694 9116

Llamando: 929-205-6099

AUSPICIADO POR:  

Miércoles, 15 diciembre
11 am - mediodía

EL ARTE PARA PROMOVER EL AUTO-CUIDADO DURANTE LAS FESTIVIDADES

El Zentangle es un tipo de dibujo fácil de aprender que reduce el estrés y promueve creatividad, concentración, sensación de bienestar, tranquilidad y relajamiento. No necesita tener experiencia en arte o dibujo.

Conferenciante: Maryann Scheblein-Dawson, Maestra certificada de Zentangle y sobreviviente de cáncer

Reunión virtual vía Zoom:

<https://mountsinai.zoom.us/j/7906894948>

ID de reunión: 790 689 4948

Llamando: 646-876-9923

AUSPICIADO POR: Cancer Supportive Services