

SALUD MENTAL Y USO DE SUSTANCIAS: APOYOS PARA RESIDENTES DE NORWALK

*¿Está luchando contra el aislamiento, el estrés, la depresión o el uso indebido de sustancias?
Una gama de servicios está a su disposición.*

24/7 LÍNEAS DIRECTAS GRATUITAS

- **Crisis psiquiátrica móvil de CT:** Marque 2-1-1, seleccione la opción 1
- **Línea de acceso para tratamiento para uso indebido de sustancias:** 800-563-4086
- **Kids in Crisis:** Llame al 203-661-1911. Línea de ayuda y refugio para menores de 0 a 18 años.
- **Línea nacional de texto en caso de crisis:** Envíe un mensaje de texto con la palabra Hola al 741741.
- **Línea nacional para la salud mental maternal:** 1-833-943-5746
- **Red nacional para crisis y prevención del suicidio:** Llame o marque 988
- **Proyecto Trevor (LGBTQ):** Envíe un mensaje de texto al 678678 o llame al 866-488-7386 (nacional)
- **Trans Lifeline:** 877-565-8860 (nacional)

SERVICIOS GRATUITOS MUNICIPALES

- **Servicios comunitarios de Norwalk:** Información, referencias, navegadores familiares. 203-854-7999
- **Oficina de Servicios Juveniles de Norwalk:** Coordinación de casos, referencias, Junta de Revisión Juvenil, habilidades para la vida. 203-854-7785, opción 4
- **Unidad de Salud del Comportamiento, Departamento de Policía de Norwalk:** Apoyos comunitarios y referencias. 203-854-7223

CONSEJERIA GRATUITA EN LAS ESCUELAS

- **Centros de salud en la escuela "Dr. Robert E. Appleby":** Salud del comportamiento, telesalud, cuidado médico, exámenes físicos. Norwalk HS: Sala C301. También en la Nathan Hale MS y West Rocks MS.
- **Norwalk Community Health Center:** Servicios de salud física y mental y servicios dentales en Ponus, Brien McMahon (Sala 1209) y la NPS Family Center.
- **Mid-Fairfield Community Care Center - Servicios de consejería en las escuelas:** Servicios de salud mental localizados dentro de las escuelas. BMHS: Sala 1325 (oficina central). Norwalk HS: D-House, oficina de la secretaria. Ponus: En el 114E, dentro del centro de asesoramiento/servicios para estudiantes. Roton: Ubicado en el segundo piso, detrás de la biblioteca y del laboratorio de computación. West Rocks: Salón 172 (al lado de la enfermera y frente a la biblioteca). Nathan Hale: Dentro de la sala de asesoramiento, cerca de la entrada principal de la escuela; busca el cartel por encima de la puerta indicando "Mid-Fairfield". Llame a Megan en el 203-299-1315, ext. 6175 para una referencia.
- **Mid-Fairfield Community Care Center - Programa LINC:** Servicios especializados para inmigrantes de Latino América en ambas escuelas secundarias y en la Cranbury, Kendall, Nathan Hale, Ponus y West Rocks. Contáctese con Luz Cruz en el 203-299-1315.
- **Positive Directions:** Evaluación y asesoramiento gratuitos sobre el uso de sustancias, los martes en NHS/PTECH en la sala 316B, los miércoles en BMHS/CGS, en la sala al lado de la enfermera Póngase en contacto con Karlene en 203-227-7644 ext 838 o barnettk@norwalkps.org.
- **Teen Talk:** Asesoramiento gratuito en caso de crisis proporcionado por Kids in Crisis. BMHS: 203-852-9488, x11319, sala 11319. NHS: 203-838-4481, x13279, sala 218E. O llame a la línea de ayuda 24/7: 203-661-1911
- **Triangle Community Center:** Terapia LGBTQ disponible en BMHS/CGS los lunes de 12 a 2:30 p. m., NHS/PTECH los jueves de 11:30 a 2:20 p. m. + Pride Club de 2:30 a 3:30 p. m., Nathan Hale los viernes de 9 a. m. a 3 p. m., Ponus los jueves 9 a. m. -11 a. m., Roton los lunes de 9 a 12 p. m., WRMS los miércoles de 11 a. m. a 2 p. m.

APOYO MUTUO

- **Alanon / Alateen:** Apoyo a las personas afectadas por el consumo de sustancias. Adultos: Llame a Karen al 203-962-5427. Adolescentes: Llame a Peter al 203-856-1614
- **Alcohólicos Anónimos:** Reuniones en inglés y español. ct-aa.org
- **Fundación Courage to Speak:** Grupo de apoyo para padres, presentaciones de prevención y capacitaciones para adultos (inglés y español), así como para niños y adolescentes de 10 años a adultos 203-831-9700
- **Lighthouse by Kids in Crisis:** Grupo de apoyo para jóvenes LGBTQ cada martes de las 5-7pm. 203-461-3409
- **NAMI CT:** Grupos de apoyo para adultos jóvenes y familias, programas de capacitación por y para familias con un ser querido que tiene enfermedad mental. namisouthwestct.org
- **Positive Directions:** Los grupos de apoyo gratuitos en línea incluyen: estrés adolescente, grupo para adolescentes LGBTQ, recuperación SMART para adultos, recuperación SMART para familiares y amigos, cuidadores de personas con Alzheimer, grupo de apoyo para maestros. Grupo presencial de Alternativas al Suicidio los martes a las 7pm. Entrenamientos disponibles. positivedirections.org/support-groups
- **RIPPLE:** Grupos de apoyo en línea nocturnos y más, incluso Alternativas al Suicidio. RockingRecovery.org

SALUD MENTAL Y USO DE SUSTANCIAS: APOYOS PARA RESIDENTES DE NORWALK

*¿Está luchando contra el aislamiento, el estrés, la depresión o el consumo de sustancias?
Las agencias abajo están a su disposición. Aceptan múltiples formas de pago, incluso Medicaid/HUSKY.*

AGENCIAS DE TRATAMIENTO SIN FINES DE LUCRO

- **Catholic Charities:** Consejería de salud mental para adultos y niños desde los 11 años, y manejo de medicamentos. Inglés y Español. (203) 750-9711
- **Child and Family Guidance, programa SSTRY:** Tratamiento por uso de sustancias para adolescentes de 12 a 24 años. Inglés y Español. 203-394-6529, ext. 3337
- **Community Health Center (Day Street):** Servicios para la salud mental y abuso de sustancias, todas las edades. Debe ser cliente médico de CHC. Múltiples idiomas. 203-854-9292
- **Connecticut Counseling Centers:** Servicios para la salud mental y abuso de sustancias para adultos, incluido programa intensivo (IOP), grupos en español y tratamiento de los opioides. Inglés y Español. 203-838-6508
- **CT Renaissance:** Salud mental y abuso de sustancias, de 13 años hasta adultos, incluso tratamiento para adicción a juegos de azar y programa intensivo (IOP) de salud mental. 203-866-2541
- **Family and Children's Agency:** Servicios ambulatorios de salud mental para niños y adolescentes, incluso un programa intensivo para niños y adolescentes en el hogar. Tratamiento para adultos, incluso un programa especializado para mujeres que padecen de trastornos coexistentes de salud mental y de abuso de sustancias. 203-855-8765
- **Hartford Healthcare/St. Vincent's:** Tratamiento de salud mental y de trastornos coexistentes del uso de sustancias, para adolescentes y adultos. Programa intensivo (IOP) para adultos y adolescentes en Norwalk y hospitalización / desintoxicación en Westport. 203-221-8899
- **High Focus Treatment Centers:** Programas intensivos (Programa Ambulatorio Intensivo y programa de hospitalización parcial) para la salud mental y para trastornos coexistentes de enfermedad mental y adicción, para las edades de 10 hasta adultos. 800-877-3628
- **Keystone House:** Programa de rehabilitación residencial para personas con un trastorno psiquiátrico. 203-855-7920
- **Liberation Programs:** Consejería sobre drogas y alcohol desde la escuela intermedia hasta la edad adulta. 855-542-7764
- **Mid-Fairfield AIDS Program - Programa de alcance a usuarios de drogas:** Programa de alcance, Narcan, intercambio de jeringas. 203-855-9535 x107
- **Mid-Fairfield Community Care Center:** Servicios de salud mental de 5 a 21 años, incluidos servicios basados en el hogar, apoyo a familias, Programa Ambulatorio Intensivo (IOP). Inglés y Español. 203-299-1315. (Programas ubicados en las escuelas: ver página 1.)
- **Norwalk Community Health Center:** Asesoramiento sobre salud mental y uso de sustancias, para todas las edades. Debe ser cliente médico de NCHC. Inglés, español, criollo haitiano. 203-899-1770 x1203 (Programas ubicados en las escuelas: ver página 1.)
- **Norwalk Hospital:** Programa ambulatorio y programa ambulatorio intensivo de salud mental para adolescentes y adultos; manejo de medicamentos para adultos: 203-852-2988. Programa de apoyo comunitario (CSP): Fomento de la independencia de adultos con enfermedades mentales mediante el desarrollo de habilidades y la conexión con recursos comunitarios: 203-855-3534.
- **Positive Directions:** Tratamiento de salud mental y uso de sustancias, prevención, grupos de apoyo, desde los 13 años hasta la edad adulta. Inglés, criollo haitiano. 203-227-7644
- **Triangle Community Center:** Centro LGBTQ ofreciendo servicios gratuitos de consejería a individuos, parejas y familias, manejo de casos, grupos de apoyo y educación. 203-853-0600

Programas especializados y otros servicios en comunidades cercanas:

TheHubCT.org/treatment y TheHubCT.org/recovery