



South Central
Alabama
Mental Health



La esperanza comienza aquí

Seguridad, apoyo y recursos en situaciones de crisis

Una crisis es **cualquier situación que se siente abrumadora** y difícil de manejar por cuenta propia. Si le parece demasiado para usted, es importante buscar ayuda. Estamos aquí para ayudarle.



Apoyo las 24 horas del día, los 7 días de la semana, por teléfono o en persona



Apoyo para la salud mental y el consumo de sustancias



Derivaciones a atención continua



Planificación de seguridad y apoyo de seguimiento

Lláme ahora



Línea gratuita:
1-877-530-0002



South Central
Alabama
Mental Health



Cómo ayudamos

Servicios que ofrecemos

- **Apoyo en situaciones de crisis las 24 horas del día, los 7 días de la semana** – Llame o acuda en cualquier momento
- **Equipo móvil de crisis** – Podemos acudir a su domicilio si necesita ayuda en casa, en la escuela o en la comunidad
- **Apoyo entre pares** – Hable con alguien que le comprenda porque ha pasado por experiencias similares
- **Derivaciones a servicios de atención** – Lo ponemos en contacto con servicios de asesoramiento, tratamiento u otros

Qué puede esperar

- Será tratado con respeto y empatía
- Le escucharemos sin juzgarle
- Le ayudaremos a encontrar soluciones que le funcionen
- NO es necesario que tenga pensamientos suicidas para pedir ayuda

A quiénes atendemos

- Niños, adolescentes y adultos
- Cualquier persona que se sienta estresada, angustiada o abrumada
- Cualquier persona que no esté segura de si lo que siente es una "crisis"
- **Todos son bienvenidos, sin importar dónde vivan ni si pueden pagar**

Cuándo llamar al 911

Llame al 911 si existe:

- Peligro inmediato para usted o para otras personas.
- Una emergencia médica que ponga en riesgo la vida.

¿No está seguro de si esto es para usted?

Si se está haciendo esa pregunta, no dude en comunicarse con nosotros.

Más información



Visite nuestro sitio web
www.scamhc.org

