

Recursos de salud mental y bienestar para jóvenes

SANTA BARBARA • GOLETA • CARPINTERIA • SANTA YNEZ VALLEY • 2019-2020

CADA

Concilio sobre el Abuso del Alcohol y las Drogas

805.730.7575

CADASB.org

- Daniel Bryant Youth & Family Treatment Center, edades 12-19
- Las clases SUPER reúnen a padres y adolescentes para mejorar la comunicación familiar y abordar el uso de sustancias
- Las clases del programa para padres aportan herramientas a los padres que experimentan desafíos de conducta con sus hijos
- Mecanismos de Justicia restaurativa en el Tribunal para Adolescentes

SERVICIOS BASADOS EN LA ESCUELA

- Programa Friday Night Live (FNL) es un club de prevención y liderazgo con campañas en toda la escuela, grados 7°-12°
- Programas de mentoría, grados 3°-8°
- Programa START

FSA

Agencia de Servicios Familiares

805.965.1001

FSAcares.org

- Servicios de consejería para jóvenes, adolescentes y familias
- Clases sobre crianza de los hijos y relaciones familiares
- Programas de Hermanos Mayores y Hermanas Mayores, mentoría orientada a la prevención, edades 6-14
- Enlazar a las familias con los recursos comunitarios disponibles

SERVICIOS BASADOS EN LA ESCUELA

- Los terapeutas de esta agencia en el plantel ofrecen intervención en momentos de crisis, monitoreo de la salud mental, orientación individual y grupal, remisiones a especialistas en salud mental, y apoyo por parte del personal
- Orientación individual intensiva llevada a cabo en la escuela para alumnos de los grados K-12°, ofrecida a estudiantes con necesidades de salud mental severas (CUSD)
- Programa START, grados K-12°, apoyo de consejería de crisis (CUSD)

CALM

805.965.2376

CALM4Kids.org

- Apoyo individual y clases sobre crianza de los hijos
- Consultas de salud mental
- Tratamiento para traumas familiares, trauma infantil en los ámbitos físico, sexual o emocional; negligencia, y tratamiento para menores infractores.

SERVICIOS BASADOS EN LA ESCUELA

- Terapia individual, grupal y familiar, así como consulta y apoyo para los maestros y administradores escolares
- Educación para padres, maestros, estudiantes víctimas de un trauma, abuso, intimidación, violencia familiar y tráfico sexual.

Hospice of Santa Barbara

805.563.8820

HospiceofSantaBarbara.org

- Orientación individual: Duelo, enfermedades que ponen en peligro la vida/fin de la vida
- Talleres sobre el duelo
- Mentoría para jóvenes que han sufrido la pérdida de un padre o hermano/a
- Grupo Parenting After Loss, para niños y padres; grupos de verano para jóvenes. Grupos familiares de oncología pediátrica.

SERVICIOS BASADOS EN LA ESCUELA

- Grupos de apoyo para el duelo y consejerías individuales
- Disponibilidad para hablar con alguien, así como ofrecer primeros auxilios de índole psicológica (FPA) para los maestros y padres después de una muerte.

Pacific Pride Foundation

805.963.3636

PacificPrideFoundation.org

- Asesoría asequible para jóvenes, padres y familias
- Grupos de jóvenes ORGULLOSOS, edades 12-17, asistencia semanal gratuita
- Programa semanal de liderazgo juvenil
- Programa de verano de 90 días

SERVICIOS BASADOS EN LA ESCUELA

- Disponibilidad para ofrecer orientación respecto a LGBTQ e identidad en las clases de Salud (CA Healthy Youth Act Implementation)
- Mentoría y apoyo por parte de la Alianza para el Género y la Sexualidad
- Capacitación en seguridad escolar: Maestros, consejeros y personal.

RECURSOS ADICIONALES PARA LA COMUNIDAD LGBTQ+

- PFLAG, apoyo a la comunidad LGBTQ support, pflagsantabarbara.org
- SBTAN, apoyo a los individuos transgénero, sbtan.org

What Is Love

805.705-0011

WhatIsLoveTeens.org

- Apoyo en momentos de crisis para estudiantes y maestros, llevado a cabo en persona e individualmente

SERVICIOS BASADOS EN LA ESCUELA

- La programación académica para la clase de Salud aporta herramientas para las relaciones sanas, mientras fomenta la empatía y la autoestima (Title IX & CA Healthy Youth Act Compliance)
- Taller para los grados 9°-12° sobre relaciones sanas, educación para padres y maestros, y presentaciones en clase
- Ofrecer al plantel material de apoyo sobre relaciones y amistades sanas, y el noviazgo libre de abuso.

RECURSOS COMUNITARIOS ADICIONALES

- Domestic Violence Solutions (DVS), dvsolutions.org
- Standing Together Against Sexual Assault, sbstesa.org

Mental Wellness Center

805.884.8440

MentalWellnessCenter.org

- El intercesor familiar ofrece remisiones a recursos locales
- Youth Wellness Connection Council es un programa de liderazgo a nivel preparatoria
- Grupo Keeping Connected para adolescentes, centrado en el manejo de las emociones, la comunicación y las habilidades sociales
- Grupo SPOT enfocado a que los padres se conecten, accedan a recursos y obtengan las herramientas para apoyar mejor a sus hijos, edades 12-26.
- Primeros auxilios de salud mental para jóvenes
- Curso NAMI: De familia a familia

SERVICIOS BASADOS EN LA ESCUELA [varían en cada distrito]

- La Salud Mental Importa... Los estudiantes de 6° y 9° grado aprenderán hechos, síntomas y prácticas para el bienestar. Los padres y jóvenes pueden consultar el sitio mhmyouth.org para entender mejor las señales y síntomas relacionados con las enfermedades mentales.
- El Club Youth Wellness Connection ofrece reuniones en el plantel y lleva a cabo campañas de bienestar escolar wcclubs.org

ASESORÍA • GRUPOS DE APOYO • EDUCACIÓN TRATAMIENTO EXTERNO DE PACIENTES

youthwell.org

Encuentre grupos de apoyo, educación para los padres, herramientas de monitoreo

Carp Connect
• 805.560.1050 carpconnect.org Carpinteria

Casa Pacifica • [tratamiento ambulatorio y residencial](#)
• 805.366.4000 CasaPacifica.org

Community Counseling & Education Center
• 805.962.3363 ccecs.borg

Evolve Treatment • [tratamiento ambulatorio y residencial](#)
• 805.628.4619 evolvreatment.com

Family Therapy Institute
• 805.882.2400 ftisb.org

Holman Group
• 800.321.2843 holmangroup.com

Hope Counseling Center
• 805.681.7384 hopecounseling.org

Mission Harbor Behavioral Health • [tratamiento ambulatorio](#)
• 805.874.5922 sbtreatment.com

New Beginnings Counseling Center
• 805.963.7777 sbnbcc.org

Parents On A Mission @ SBPAL (Spanish parenting class)
• 805.962.5560

People Helping People
• 805.686.0295 syvphp.org Santa Ynez Valley

SB County Dept of Behavioral Wellness
• 888.868.1649 countyofsb.org/behavioral-wellness

Santa Barbara Neighborhood Clinics
• 844.594.0343 SBClinics.org

UCSB Hosford Clinic & PICT Clinic Parent-Child Interaction Therapy
• 805.893.8064 education.ucsb.edu

Recursos adicionales para jóvenes adultos de 18+

Bridge Clinic • 805.324.8336	PathPoint • 805.882.2400	Acacia Counseling • 805.699.6668
Cottage Health • 805.569.8339	Sanctuary Centers • 805.569.2785	

Comunidades Justas

805.966.2063
Just-Communities.org

- CAN DO: Grupo de apoyo continuo a estudiantes activistas
- [SERVICIOS BASADOS EN LA ESCUELA](#)
- Desarrollo del liderazgo estudiantil, capacitación personalizada en materias de diversidad, equidad e inclusión

Noah's Anchorage

866.435.8335
ciymca.org

- Programa residencial y albergue temporal para jóvenes sin hogar o que han escapado de casa, edades 12-17. Orientación individual y familiar, periodo para tranquilizarse, sesiones grupales
- Línea telefónica/textos de ayuda para crisis las 24 horas

AHA!

805.770.7200
AHASB.org

- Programas extraescolares de verano (por donación)
- Clínica para el apoyo del trauma. Para estudiantes y familias inscritos en el programa AHA!
- [SERVICIOS BASADOS EN LA ESCUELA](#)
- Programa Peace Builders, grados 8°-12°
- Capacitación para los maestros y personal en CASEL (casel.org) competencia socioemocional

RECURSOS EN MOMENTOS DE CRISIS

ENVÍE UN MENSAJE DE TEXTO AL
741741 Para intercambiar mensajes
con un asesor capacitado

- **SAFTY** Intervención telefónica y móvil para momentos de crisis, apoyo residencial, enlace con servicios. Disponible para todos los niños del condado de Santa Bárbara, edades 0-20. 8am-8pm, **888.334.2777**
- **Departamento de Bienestar Conductual de Santa Bárbara** línea de acceso y respuesta en momentos de crisis 24/7, **888.868.1649**
- **SBSheriff.org Behavioral Sciences Unit**
805.681.4231 Dr. Cherylynn Lee, psychologist

Conozca los signos
de angustia
emocional...



PERSONALITY CHANGE • AGITATED • WITHDRAWAL • POOR SELF-CARE • HOPELESSNESS

conozca los signos → alcanzar → escucha → ofrecer soporte

Puede usted pedir ayuda. No está usted solo. [1] Alentar a los estudiantes a encontrar y hablar con un adulto de confianza. [2] Los estudiantes y padres podrán contactar a la administración y consejeros de la escuela, mismos que podrán remitir a los estudiantes a servicios de intervención y servicios de apoyo fuera de la escuela **Dichos servicios pueden variar para cada plantel.** Muchos de los servicios ofrecidos fuera de la escuela son gratuitos o con descuentos basados en el ingreso familiar. [3] Los estudiantes y los padres podrán realizar un aviso confidencial mediante la aplicación StopIt App, un formulario en línea, o directamente con un administrador, a efecto de reportar intimidación, acoso escolar o comportamientos amenazadores.

Primeros Auxilios para su salud mental... Los padres, maestros, entrenadores y proveedores de salud se inscribirán a una capacitación gratuita de un día de duración. Aprenderán a reconocer los signos de advertencia y comprender los factores que ponen en riesgo la salud mental así como las preocupaciones sobre uso de sustancias, conocerán estrategias acerca de cómo ayudar a alguien en situaciones tanto de crisis como de no-crisis, y cómo conectar a los jóvenes con el apoyo adecuado. ¡Nuestros jóvenes nos necesitan! Al aumentar nuestro entendimiento, podemos cambiar nuestro enfoque hacia la prevención e intervención temprana, de modo que no siempre tengamos que responder a una crisis ya existente.
BeTheDifferenceSB.org