



Estimados estudiantes y familias de GBSD,

21 de abril de 2020

Dado el reciente cierre de nuestras escuelas debido al brote de COVID-19, queremos compartir algunos recursos valiosos de salud mental para que tengan acceso a ellos. La seguridad y el bienestar de nuestros estudiantes y la comunidad es nuestra prioridad número uno. Los consejeros, trabajadores sociales, maestros y otro personal de confianza de GBSD tendrán disponibilidad variable durante los cierres de las escuelas, por lo tanto, consulte los siguientes recursos para obtener apoyo adicional.

Para necesidades URGENTES (no es una emergencia, pero necesita asistencia lo antes posible):

- ❖ **Clínica urgente sin cita previa (Urgent Walk-In Clinic):** 503-963-2575
 - Abierto los 7 días de la semana de 9 am a 9 pm
 - 4212 SE Division, Suite 100, Portland, OR 97206
- ❖ **Línea de Crisis del Condado de Multnomah (Multnomah County Crisis Line):** línea de apoyo a crisis 24 horas al día 7 días a la semana: 503-988-4888
 - Hay apoyo disponible en español y otros idiomas. <https://multco.us/file/53107/download>
- ❖ **Línea de crisis del condado de Clackamas (Clackamas County Crisis Line):** línea de apoyo a crisis 24 horas al día 7 días a la semana: 503-655-8585
- ❖ **Pacientes del seguro Kaiser:** línea de apoyo a crisis 24 horas al día 7 días a la semana para pacientes Kaiser: 1-866-453 -3932

Para necesidades de EMERGENCIA (es una emergencia y la seguridad de alguien puede estar en riesgo):

- ❖ **Departamento de emergencias** por favor tome en cuenta que los tiempos de espera pueden ser largos debido a la forma en que los hospitales deben clasificar en este momento debido a COVID-19.
- ❖ **9-1-1:** llame a la policía si su familiar está en peligro inmediato.

Recursos para NECESIDADES URGENTES O EMERGENTES:

Líneas para vida (Lines for Life) 1-800-273-8255 <i>* También provee servicios a personas lidiando con el uso/recuperación de drogas/alcohol</i> https://www.linesforlife.org/	Youthline (Una línea de crisis para jóvenes) Textea "Teen2teen" al 839863 1-877-968-8491 (teléfono) https://www.linesforlife.org/
Línea de crisis por texto (Crisis Text Line) textea "HOME" al 741741	The Trevor Project (Una línea de crisis para jóvenes LGBTQ +) 1-866-488 -7386 https://www.thetrevorproject.org
Línea nacional directa de suicidio (National Suicide Hotline) 1-800-SUICIDE	Línea Trans Lifeline 1-877-565-8860
Línea directa de abuso infantil (Child Abuse Hotline) 1-855-503-SAFE (7233)	ÚNICA Línea de crisis de 24 horas: 503- 232-4448 Línea de crisis de 24 horas GRATUITA: 1-888-232-4448 Servicios para sobrevivientes de violencia doméstica/sexual, incluyendo la línea de crisis en español las 24 horas operada por El Programa Hispano.

Esperamos que estos recursos sean útiles para la comunidad de GBSD durante estos momentos no antes vistos de cierres escolares. El personal de GBSD continuará brindando apoyo de cualquier manera posible a los estudiantes y las familias durante este tiempo de aprendizaje a distancia. No duden en comunicarse si tiene alguna pregunta o preocupación con respecto a estos recursos. Atentamente,
 Consejeros y Trabajadores Sociales Distrito escolar de Gresham-Barlow School District



RECURSOS DE SALUD MENTAL COMUNITARIOS

COVID-19 ha traído muchos cambios en la forma en que estamos navegando el sistema de salud mental. Sin embargo, las agencias están haciendo todo lo posible para apoyar a los clientes y sus necesidades durante estos momentos difíciles.

- Si actualmente está registrado para recibir servicios de salud mental, llame a su proveedor de salud mental para sus necesidades o siga las normas proporcionadas por su clínica.
- Si no está registrado en servicios de salud mental, hay recursos disponibles para usted.

A continuación se incluye una lista de agencias comunitarias de salud mental que ofrecen proceso de admisión "virtual" y citas de terapia:

Servicios de consejería en Western Psychological and Counseling

Western Conexiones incluye un equipo de proveedores de salud mental bilingües (español-inglés) que brindan asesoramiento multicultural y servicios de curación de traumas. <https://www.westernpsych.com/services/western-conexiones>

Oficina West:

1700 NW Civic Drive Suite 310
Gresham, OR 97030-3774
Tel. 503-666-8832
Fax 503-669-8641

<https://www.westernpsych.com/locations/gresham-west>

Oficina East:

2222 E. Powell Blvd.
Gresham, OR 97080
Tel. (503) 669-4300
Fax. (503) 669-4301

<https://www.westernpsych.com/locations/gresham-east>

NARA (Asociación de Rehabilitación de los Nativos Americanos)

Departamento de Admisión: 503-953-6598

<https://www.narathwest.org/projects/youthmentalhealth/>

Morrison Child and Family Services:

Departamento de admisión: 503-258-4381

<https://morrisonkids.org/about-us/contact-us/>

Terapeutas de habla hispana disponibles en algunos lugares.

Lifeworks Northwest:

Departamento de admisión: 503-645-9010

Terapeutas de habla hispana disponibles en algunos lugares. <https://www.lifeworksnw.org/>

Pacientes que tienen seguro de Kaiser:

Los servicios de interpretación están disponibles a pedido. 503-249-3434

Servicios comunitarios luteranos (Lutheran Community Services):

Ofrece servicios culturalmente específicos a inmigrantes y refugiados de países de Europa del este (ofrece servicios en ruso). Teléfono: 503-731-9589 <https://csnw.org/program/multicultural-counseling-services/>

Programa Psiquiátrico Intercultural de OHSU (OHSU's Intercultural Psychiatric Program):

Ofrece servicios de salud mental culturalmente sensibles a comunidades de inmigrantes y refugiados. Teléfono: 503-494-4222 <https://www.ohsu.edu/brain-institute/psychiatric-department-clinics-and-divisions:>

Salud asiática y centro de servicio (Asian Health and Service Center):

Ofrece servicios en cantonés, inglés, coreano, mandarín o taiwanés. Teléfono: 503-872-8822 x200. <https://www.ahscpx.org/mentalhealth.html>

Ministerios ecuménicos de Oregón (Ecumenical Ministries of Oregon):

Ofrece servicios para preocupaciones de violencia doméstica para la comunidad rusa. Teléfono: 503-777-3437 <https://emoregon.org/ross/ross-dv/>