



Apoyo en Salud Mental en el Gran Área de Madison:

911: Llama al 911 si tú o un ser querido está en peligro inmediato de herirse a sí mismo y otros.

- 1. Journey, Línea de ayuda en crisis de Salud Mental del Condado de Dane: 608-280-2600**
Si tú o un ser querido está en una crisis de salud mental, llama 24/7 al número de arriba y ellos te proporcionarán una guía sin juicios en cómo manejar la situación y dónde buscar ayuda. Ayudarán a cualquiera que llame, sin importar su situación del seguro médico.
 - Conozca los servicios de emergencia de Journey Mental Health: www.journeymhc.org/emergency-services
 - Si no tienes seguro, pero necesitas asistencia en salud mental, Recovery Dane puede ayudarte: 608-237-1661
- 2. Línea de Ayuda Nacional de Prevención 24/7 :** 800-273-8255
- 3. 24/7 LÍNEA DE MENSAJES DE TEXTO EN MOMENTOS DE CRISIS :** Escribe CONNECT a 741741
www.crisistextline.org/textline
- 4. Línea de Ayuda de Recuperación de Adicción:** Marque “211” y seleccione el número “3”
A la línea de ayuda de recuperación de adicciones se accede a través del centro United Way’s 211. El centro United Way 211 provee información a muchos servicios sociales en el área local. Sólo tienes que marcar “211”, y luego #3.
- 5. SOAR:** 608-244-5077
Llama al SOAR para buscar ayuda profesional que pueda dar atención cuando alguien necesita hablar, pero no es una crisis inmediata. Por favor, tenga en cuenta que puede que tenga que dejar un mensaje para un miembro del personal le contacte después si están ayudando a otro individuo.
- 6. NAMI Condado de Dane :** www.namidanecounty.org Teléfono: 608-249-7188
La misión de NAMI Condado de Dane es proporcionar educación, apoyo, y abogar por gente afectada por enfermedades mentales en el Condado de Dane. Los programas de NAMI no debería sustituir la valoración y la práctica profesional de los profesionales en salud mental. Ellos no pueden, y NO asumen el papel de un facultativo o terapeuta.

ACESO A VIDEOS PSA DE EDUCACIÓN DE SALUD MENTAL Y ENCUENTRA OTRA INFORMACIÓN DE AYUDA EN WWW.UNITEDMADISON.COM/HELP