

Recursos

Estas historias pueden ser desencadenantes; busque ayuda si es necesario.

Para obtener recursos adicionales, visite: www.quietstormservices.com

1. Línea Nacional de Prevención de Suicidio (National Suicide Prevention Hotline):
Marcar 988

La línea de vida brinda apoyo gratuito y confidencial las 24 horas del día, los 7 días de la semana para personas en peligro, y recursos de prevención, así como recursos para casos de crisis para uno mismo o sus seres queridos.

2. NAMI Wichita – Alianza Nacional de Salud Mental (National Alliance on Mental Illness)
www.namiwichita.org

Guía de Recursos en **español** – Copie este enlace:

https://www.namiwichita.org/wp-content/uploads/2020/03/NAMI_WICHITA_RESOURCE_GUIDEBOOK-Eleventh-Edition-final-SPANISH-REV.pdf

3. Grupo de Apoyo “*She Recovers Support*” - Encuentro en **español**
<https://sherecovers.org/ellaserecupera/>

4. R.O.2.S.E. - <https://ro2se.org/>
<https://ro2se.org/contact-us/> - Formulario de contacto en **español**
Entrenamiento grupal de habilidades de salud mental en **español**
Teléfono: 316-290-9754

5. WSU – *Suspenders for Hope* – Programa sobre salud mental y prevención de suicidio en **español**
Vaya “Community Version” y luego a “Haga clic para inscribirse” en el siguiente enlace
<https://suspenders4hope.com/course-content/>

Puede preguntar sobre las diferentes organizaciones que lo están ofreciendo en **español**, además de Wichita State University:

<https://suspenders4hope.com/contact/>

6. Podemos: Psico-educación comunitaria en **español**
“El Colectivo”
www.podemoscorp.org