

Recursos

Sitios Web

Catholic Therapists: <https://catholictherapists.com>

Conecta a las personas con terapeutas clínicos con licencia que integran la fe católica.

NAMI Sacramento: <https://namisacramento.org/>

Brinda apoyo, educación y aboga por las personas y familias afectadas por enfermedades mentales.

Mental Health First Aid: <https://mentalhealthfirstaid.org/es/mental-health-resources/>

Enseña a las personas a reconocer y responder a las señales de problemas de salud mental y en crisis.

SAMHSA: <https://www.samhsa.gov/mental-health/que-es-la-salud-mental>

Ofrece recursos y apoyo para promover la salud mental y prevenir el abuso de sustancias.

Diocese of Sacramento Mental Health: <https://www.scd.org/catholic-charities-and-social-concerns/mental-health-and-suicide>

Proporciona recursos, educación y apoyo para la salud mental y el bienestar en las comunidades parroquiales.

Sacramento County: <https://dhs.saccounty.gov/BHS/Pages/Mental-Health-Services.aspx>

Ofrece servicios de salud mental públicos, programas de apoyo y recursos para los residentes que lo necesiten.

Psychology Today: <https://www.psychologytoday.com/us/therapists/ca/sacramento>

Un directorio de terapeutas, psiquiatras y centros de tratamiento con licencia para ayudar a las personas a encontrar apoyo en salud mental.

Llame o envíe un mensaje de texto al 988, Línea de Prevención del Suicidio y Crisis:

<https://988lifeline.org/es/servicios-de-traduccion/servicios-en-espanol/>

Apoyo gratuito y confidencial 24/7 para personas que experimentan angustia emocional, crisis de salud mental o pensamientos suicidas.

Catholic Mental Health Ministers: <https://www.catholicmhm.org/>

Ofrece recursos y apoyo para integrar la fe y la salud mental en la vida parroquial.

Terapeutas Católicos con Licencia

Jacob Escobedo, LCSW

(951) 602-3373

<https://www.renovocounseling.org/>

Ofelia Neri, LMFT

(323) 434-5710

<https://www.nuevacreaciondedios.com/>

Mireya Torres, LCSW

(760) 998-9095

<https://healinginfaiththerapy.com/>