



¡Nuestra clínica de salud mental está abierta todo el verano! ¡Tenemos espacios disponibles y ofrecemos tarifas económicas!

¿Está usted o alguien que usted conoce, buscando ayuda para su salud mental? Nuestro equipo de terapeutas profesionales brinda servicios integrados de salud mental para niños, adolescentes, familias y adultos. Todos nuestros servicios son confidenciales.



Terapia individual y para familias

North Marin Community Services ofrece tarifas económicas para personas o familias en inglés y español; en nuestra clínica localizada en 680 Wilson Ave o de forma virtual. Para comenzar, contacte a nuestro navegador de salud mental: **415-892-1643, x 239**.



Novato Teen Clinic

Novato Teen Clinic ofrece atención de salud mental y reproductiva gratuita y confidencial para adolescentes de 12 a 25 años. También ofrecemos administración de casos y servicios de apoyo para jóvenes y familias. Nuestro personal tiene conocimiento sobre las personas LGBTQ + y ofrecemos servicios en inglés y español. Llame o envíe un mensaje de texto a la Clínica para Adolescentes al: **415-985-5012**.

¿Esta pasando por una crisis?

Si usted o alguien que conoce está pensando en suicidarse, en hacerle daño a otra persona, o está experimentando angustia severa, o sintiéndose fuera de contacto con la realidad, fuera de control o incapaz de atender sus necesidades básicas, por favor, busque ayuda de inmediato:

- Llame a su médico o proveedor de salud mental.
- Llame al **911** para los servicios de emergencia. Ve a la sala de emergencias del hospital más cercano.
- Llame al **Mobile Crisis Unit Response Team** lun.-vier. 8am-9pm/sáb. 1pm- 9pm **415-473-6392**.
- Llame o ve a la Unidad de Estabilización de Crisis (CSU) del Condado de Marin, disponible las 24 horas del día los 7 días de la semana, y puede ser contactado al **415-473-6666**.
- Llame a la línea directa gratuita para la **prevención del suicidio** de Buckelew, disponible las 24 horas, al **415-499-1100** o al **855-587-6373**.
- Envíe un mensaje de texto a **MARIN** al **741741**. La línea de mensajes de texto en caso de crisis ofrece asesoramiento gratuito y confidencial las 24 horas del día los 7 días de la semana, y es un gran lugar para acudir cuando se experimenta ansiedad, depresión, consumo de sustancias, ideas suicidas o cualquier otra situación intermedia.

Para más información, visite: www.northmarincs.org/