

# Apoyo en salud mental y desastre

# Recursos

## ¿Cómo obtener ayuda?

Si está lidiando con un desastre o está experimentando una crisis de salud mental, puede obtener ayuda de la siguiente manera:

### Recursos para crisis de salud mental

#### Línea de Ayuda para Adultos Mayores

Llame al 1-800-963-5337

Disponible las 24 horas, los 7 días de la semana para brindar información sobre servicios y apoyo a adultos mayores y sus familias.

#### Línea de Apoyo para Veteranos de Florida

Llame al 1-844-963-5838

Proporciona apoyo y recursos para veteranos las 24 horas del día, los 7 días de la semana.

#### Línea de Mensajes de Texto para Rescatistas

Envíe "Badge" al 741741

Ofrece apoyo en salud mental las 24 horas del día, los 7 días de la semana, a través de mensajes de texto para rescatistas.

#### Equipos de Respuesta Móvil

Visite MyFLFamilies.com, página de "Equipos de Respuesta Móvil"

Proporciona asistencia en persona para quienes están experimentando una crisis de salud mental.

#### 988 Línea de vida de Florida

Llame, envíe un mensaje de texto o chatee con el 988

Disponible las 24 horas del día, los 7 días de la semana para ofrecer apoyo a personas que tengan pensamientos suicidas, trastorno por consumo de sustancias, crisis de salud mental o angustia emocional.

### Recursos de apoyo en desastres

#### Línea de Ayuda para el Estrés por Desastres

Llame al 1-800-985-5990 o envíe

"TalkWithUs" al 66746

Disponible las 24 horas del día, los 7 días de la semana si necesita ayuda durante un desastre.

#### Activar la esperanza

833-GET-HOPE (438-4673)

Active Hope es el servicio de respuesta ante emergencias de la iniciativa Hope Florida que reúne al sector privado, organizaciones sin fines de lucro y recursos gubernamentales para apoyar la recuperación de los residentes de Florida tras un desastre natural. Active Hope vincula a los floridianos con recursos externos que ofrecen alimentos, artículos del hogar, reparaciones de vivienda y más.

#### Programa de Resiliencia para Rescatistas

Visite MyFLFamilies.com, página de "Resiliencia para Rescatistas de Florida"

Ofrece asesoría en salud mental, apoyo entre pares y capacitación para ayudar a los rescatistas a manejar los factores estresantes relacionados con el trabajo.

Nunca  
esta solo.

Haga la llamada que sea correcta para usted y obtenga la ayuda que necesita.

