

# Boletín para los Miembros

Trabajando juntos para que usted esté más saludable

## Apoyo de compañeros de Teen Connection

**Recovery Empowerment Network (REN)** proporciona apoyo para la salud del comportamiento entre compañeros y otros servicios, para ayudar en la recuperación de aquellos en el área metropolitana de Phoenix.

De acuerdo a la Oficial Ejecutiva en Jefe de REN April Dickerson, “Vamos de la A a la Z con nuestros servicios de compañeros, desde ayudando a aquellos en crisis hasta proveyendo servicios de empleo con apoyo cuando alguien está en esa etapa en su recuperación.”

Durante más de 15 años, REN ha ayudado a adultos en su recuperación. Su programa más reciente es Teen Connection Night. Teen Connection es un nuevo grupo de compañeros enfocado en ayudar a los jóvenes de 14 a 17 años de edad.

Los jóvenes que necesitan apoyo de

compañeros se pueden reunir en REN dos veces al mes de 5:30 p.m. a 7:30 p.m. Ellos pueden disfrutar una comida con nuevos amigos en un lugar seguro. Pueden hablar sobre su recuperación con otros adolescentes que comparten experiencias similares.

El personal de REN también ve la necesidad de apoyar a los jóvenes en transición a la edad adulta con habilidades para la vida. Algunas de estas habilidades incluyen presupuestar, conexiones sociales y otras opciones educativas. REN se dedica a ayudar a los jóvenes a evitar la indigencia, el consumo de drogas u otras experiencias dañinas.

La entrenadora de recuperación Jennifer Alonzo dijo: “¡Llevo seis años en recuperación! Como una joven lidiando con problemas, me sentía sola y los programas de ese entonces estaban diseñados para adultos. Yo pasé por un trauma. No tenía las habilidades para la vida independiente ni las habilidades necesarias para lidiar. Teen Connection Night de REN me hubiese ayudado cuando era joven al proveer compañeros que me hubieran entendido, en un lugar seguro.”

Para más información sobre cómo inscribir a un/a joven en Teen Connection, visite <https://renaz.org/teen-night>.

### Instantáneas del Éxito: Hayley R.

Hoy en día, Hayley es la madre primeriza de un bebé sano y cuenta con el apoyo de su familia, su pareja y los proveedores de cuidado para la salud. Hace poco tiempo, ella vivía en las calles y estaba en una relación abusiva. Hayley no participaba con su equipo clínico, se brincaba citas con el proveedor y ya no estaba tomando medicamentos.

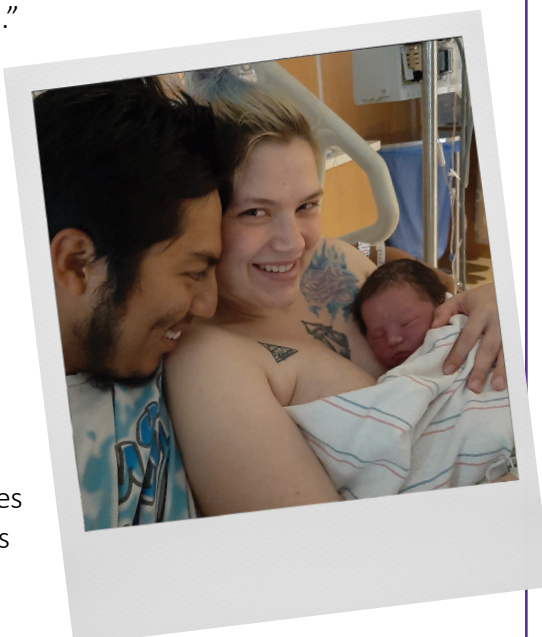
Hayley encontró recuperación en el Programa CHEEERS Peer Doula. Hayley dijo que su compañera doula, Carlie, “le proporcionó un espacio seguro, terapia en grupo, y recursos que fueron realmente reconfortantes y de gran utilidad.”

El programa le proporcionó a Hayley y a su pareja educación sobre el embarazo y un plan de parto. Después de dar a luz, ella recibió recursos adicionales y referencias para servicios de posparto.

Hayley espera con ansias los siguientes pasos en su recuperación y el desarrollo de una vida hogareña cariñosa con su nueva familia.

#### Vea historias de esperanza

La recuperación es posible. Y la recuperación de todos es personal. Visite nuestro canal de YouTube para ver otras historias de recuperación: <https://bit.ly/3yWH253>.



### Instalaciones para crisis

Las instalaciones para crisis están disponibles a través del área metropolitana de Phoenix. Durante los momentos de crisis o emergencias, usted puede elegir cualquier hospital u otro entorno para la atención de emergencia. Estos entornos de emergencia pueden ser más fáciles de usar para usted:

#### Atención psiquiátrica urgente Connections AZ Urgent Psychiatric Care Center (UPC)

1201 S. 7th Ave.  
Phoenix, AZ 85007  
**602-416-7600**

#### RI International Recovery Response Center (RRC)

11361 N. 99th Ave.  
Peoria, AZ 85345  
**602-650-1212, presione 2**

*continúa en la página 2*

### Instalaciones para crisis

continúa de la página 1

#### Community Bridges Community Psychiatric Emergency Center (CPEC)

358 E. Javelina Ave.

Mesa, AZ 85210

1-877-931-9142

#### Centros de desintoxicación

#### Community Bridges Central City Addiction Recovery Center (CCARC)

2770 E. Van Buren St.

Phoenix, AZ 85008

1-877-931-9142

#### Community Bridges East Valley Addiction Recovery Center (EVARC)

560 S. Bellview Rd.

Mesa, AZ 85204

1-877-931-9142

#### Crisis Psiquiátrica para Pacientes

Externos 24 horas al día,

7 días de la semana

#### Community Bridges West Valley Access Point

824 N. 99th Ave.

Avondale AZ 85323

1-877-931-9142

#### Youth Express & Crisis Services (Nuevo proveedor)

MIND 24-7

1-844-MIND247 (1-844-646-3247)

#### Ubicaciones:

2728 N. 24th Street

Phoenix, Arizona 85008

1138 South Higley Road

Mesa, Arizona 85206

10046 North Metro Parkway

Phoenix, Arizona 85051

## Instantáneas del Éxito: Tonya C.

Un empleo puede empoderar la recuperación de una persona, pero una carrera puede empoderar los sueños de la vida de alguien. Este es el caso de Tonya, quien ha comenzado su propio negocio paseando perros y cuidando mascotas en el lado oeste del Valle.

Tonya recibe servicios de Copa Health para tratar la ansiedad severa. Cuando ella estaba lista para comenzar a trabajar otra vez, refirieron a Tonya al Programa de Rehabilitación Vocacional (VR por sus siglas en inglés). VR es un programa de trabajo que ayuda a las personas que reciben servicios para la salud mental o con discapacidades a prepararse para, asegurar, retener, recuperar o avanzar en un empleo.

Tonya declaró: “Yo busqué ayuda laboral al principio, pero luego Heather [la consejera de VR] me contó sobre este otro programa en el que podía comenzar mi propio negocio y poder trabajar, en lugar de tener que lidiar con otro empleo que podría perder debido a mi salud mental.” Tonya trabajó con Heather y Odyssey Services Corp. para crear un plan de negocios que ella presentó a VR. El plan de negocios fue aprobado, y Tonya fundó Your Pets Matter Too en 2021.

“Va muy bien”, dijo Tonya. “¡Tengo bastantes clientes y estoy muy ocupada! Fue el negocio perfecto para mí. Me encantan los perros y me encantan los gatos, así que fue una buena opción. No podría haberlo hecho sin [VR].”

#### Conéctese con VR

Si le interesa recibir servicios de VR, hable con su administrador de casos sobre una referencia.

Llame a la línea de información general de VR al **1-800-563-1221** ó visite el sitio web de VR

<https://bit.ly/3PIKrzF> para encontrar la oficina más cercana.



## Instantánea del Éxito: Ken S.

El camino de Ken hacia la vida independiente se está viendo muy bien después de algunos desafíos. Esta primavera, él aceptó un puesto de Apoyo entre Compañeros a nivel de entrada. Su siguiente objetivo es vivir en su propio hogar con la ayuda del programa de Oportunidades de Vivienda y Empleo Significativo (HOME por sus siglas en inglés), creado por La Frontera EMPACT.

Ken usó las habilidades que adquirió en este programa para solicitar empleos, entrevistarse y dar seguimiento con las compañías que estaban contratando. Él trabajó arduamente durante más de un año para encontrar empleo. Pasó por reveses, tal como haber sido despedido de un trabajo después de unas cuantas semanas y de que le dijeran que no tenía suficiente experiencia para convertirse en un especialista en apoyo entre compañeros. Sin embargo, Ken nunca se dio por vencido en sus objetivos de trabajo, y su especialista de empleo nunca se rindió con Ken.

Actualmente, Ken vive en vivienda temporal, pero está trabajando con su Navegador de Vivienda en la creación de un presupuesto y de otras habilidades para la vida independiente. Está muy emocionado por el siguiente paso en su vida y por ayudar a otros a tener éxito.

#### ¿Le interesa la Vivienda y el Empleo con Apoyo?

Hable con su administrador de casos o visite el sitio web de Mercy Care para encontrar proveedores de vivienda o de empleo: <http://bitly.ws/sLD9>.

Los miembros de Mercy Care también pueden comunicarse directamente sobre el programa HOME enviando un correo electrónico a [HomeReferrals@lafrontera-empact.org](mailto:HomeReferrals@lafrontera-empact.org).



## Obtenga apoyo en crisis para la salud del comportamiento.

Envíe un mensaje de texto HOPE a 4HOPE (44673)

Las horas de atención a los mensajes de texto son:  
Lun-vie 2:00 - 10:00 pm  
Sáb-dom 8:00 am – 2:00 pm

Ó llame al 602-222-9444,  
24 horas al día, 7 días de la semana

La frecuencia de los mensajes varía- pueden aplicarse tarifas de mensajes y datos. Envíe el mensaje de texto HELP para obtener ayuda. STOP para optar por no participar. Vea los términos, las condiciones e información de privacidad aquí: [4hope2day.org](http://4hope2day.org)



## Proveedores de mudanza del valle ayudan a los miembros a mudarse a sus nuevos hogares

Si alguna vez usted ha recibido asistencia de mudanza de Mercy Care, es probable que haya sido la compañía Fast Action Movers quien hizo el trabajo. Desde 2003, Mario Caperon ha estado brindando servicios de mudanza a los miembros con una designación de Enfermedad Mental Seria (SMI por sus siglas en inglés) con su compañía Fast Action Movers. El Sr. Caperon ha sido un elemento básico en la comunidad de la salud del comportamiento. Es bien conocido por todos los proveedores de salud en el hogar.

“Mario y su equipo siempre son muy atentos y compasivos con nuestros miembros. Ellos llegan a tiempo. Incluso están disponibles para coordinarse con el equipo y el miembro con anticipación. Mario ha sido un recurso confiable y en quien nuestra población puede depender,” dijo Sharika Smiley, administradora de SMI para Community Bridges, Inc.

Los servicios de mudanza que el Sr. Caperon provee son una parte importante del Modelo de Vivienda Primero. Es bien sabido que los miembros con una designación SMI o un problema con el uso de sustancias tienen la oportunidad de prosperar si tienen vivienda. Los miembros pueden comenzar en una vivienda temporal, pero la meta es que tengan su propio hogar.

El Sr. Caperon señaló: “Reubicar a los clientes puede tener sus obstáculos. Cada trabajo es diferente porque cada cliente tiene un conjunto único de desafíos. Muchos de ellos se encuentran en situaciones difíciles. Nosotros hacemos todo lo posible por proveer servicios ordenados y eficientes con respecto al tiempo, que sean tan libres de estrés como sea posible. Al final del día, estamos en el negocio del servicio –ayudando a las personas.”

Mercy Care reconoce y le agradece al Sr. Caperon por su compromiso previo y continuo hacia nuestros miembros.

## Programas financiados por subvenciones para ayudar en la recuperación y la salud mental

¿Sabía usted que Mercy Care ayuda a administrar la financiación de subvenciones para la recuperación y la salud mental para los proveedores de la salud del comportamiento? La financiación es posible gracias a la Administración de Servicios para la Salud Mental y el Abuso de Sustancias (SAMHSA por sus siglas en inglés). Incluso si sus beneficios de AHCCCS no cubren algunos de estos servicios, es posible que usted aún pueda recibir tratamiento a través de estos programas financiados por subvenciones. Estos programas también ayudan a las personas que no tienen seguro.

### Subvención en Bloque para la Salud Mental (MHBG por sus siglas en inglés)

La subvención MHBG provee servicios de tratamiento para la salud mental a:

- Adultos con una designación de Enfermedad Mental Seria (SMI por sus siglas en inglés).
- Niños y niñas diagnosticados con un Trastorno Emocional Serio (SED por sus siglas en inglés).
- Personas sufriendo un Primer Episodio de Psicosis (FEP por sus siglas en inglés).

Para información sobre la financiación de MHBG, visite <https://bit.ly/3c9roun>.

### Subvención en Bloque para el Abuso de Sustancias (SABG por sus siglas en inglés)

La subvención SABG provee servicios de tratamiento para el uso de sustancias a adultos y jóvenes. Para información sobre la financiación de SABG, visite <https://bit.ly/3uJn4bA>.

### Subvención Estatal de Respuesta a los Opiáceos (SOR por sus siglas en inglés)

La subvención SOR ayuda a dar acceso al Tratamiento Asistido por Medicamentos (MAT por sus siglas en inglés), a atención integrada, y a servicios de recuperación de adicciones por el uso de opiáceos y estimulantes. Para información sobre el tratamiento para una adicción a opiáceos, visite <https://bit.ly/3aBu3MS>. Para los miembros de ACC, llame al **602-263-3000** ó al **1-800-624-3879** (TTY/TDD al 711) para conectarse con la atención. Para los miembros de RBHA, llame al **602-586-1841** ó al **1-800-564-5465** (TTY/TDD al 711). Los representantes están disponibles 24 horas al día, 7 días de la semana.



## Todos podemos usar un poco de apoyo adicional...

Regístrese para la aplicación Pyx Health para:

- Encontrar recursos para apoyar su salud física y mental.
- Conectarse con humanos compasivos para una charla amistosa o ayuda con recursos.
- Sentirse mejor cada día con compañía y buen humor.



Simplemente busque ‘Pyx Health’ en las tiendas Apple o Google Play o use su teléfono inteligente y visite [www.HiPyx.com](http://www.HiPyx.com) para obtener la aplicación.

## Haciéndonos cargo de la comunidad con servicios para la salud del comportamiento sin costo

Los residentes de la Ciudad de Phoenix que no tienen seguro o que tienen un seguro insuficiente, ¡ahora pueden obtener servicios para la salud del comportamiento sin costo alguno para usted!

Usted no necesita seguro de salud para obtener servicios para la salud del comportamiento tales como revisiones de la salud mental, asesoría y terapia, tratamiento para el uso de sustancias, servicios de alcance, y administración de casos.

Estos servicios están disponibles para todos los residentes de la Ciudad de Phoenix, incluyendo a individuos, adultos, niñas o niños, y familias. Para recibir servicios, acuda a cualquiera de las agencias disponibles a través del área de Phoenix que esté más cercana a usted, confirme que es residente de la Ciudad de Phoenix, y complete una evaluación para comenzar a recibir la ayuda que necesita.

Los servicios están disponibles en muchas ubicaciones a través del área de Phoenix. Visite

[www.getwellphx.com](http://www.getwellphx.com) ó llame al **1-866-642-1582** de lunes a viernes de 8 a.m. a 5 p.m. para más información.

## Mercy Care

4500 E. Cotton Center Blvd  
Phoenix, AZ 85040

Los servicios contratados son financiados en parte bajo contrato con AHCCCS. Ésta es información general de salud y no debe reemplazar la atención o asesoría que usted recibe de su proveedor. Siempre pregúntele a su proveedor sobre sus propias necesidades del cuidado de la salud.

Mercy Care es administrada por Aetna Medicaid Administrators, LLC, una compañía Aetna.

 /MercyCareAZ

 @MercyCareAZ

 @MercyCareAZ

Llame a Servicios al Miembro de Mercy Care RBHA al **602-586-1841** ó al **1-800-564-5465**; (TTY/TDD al **711**). Estamos disponibles 24 horas al día, 7 días de la semana. Línea de enfermería las 24 horas: **602-586-1841** ó **1-800-564-5465**.

[www.MercyCareAZ.org](http://www.MercyCareAZ.org)

## ¿Cómo hablo con alguien sobre el suicidio?

A veces, cuando un ser querido está luchando en su vida, puede estar considerando el suicidio. Es importante conocer las señales de advertencia y buscar ayuda.

Pueden decir que quieren morir, hablar sobre sentirse desesperanzados, no tener propósito alguno o ser una carga para otros. Escúchelos con atención. Hágales saber que usted está ahí para ellos. Conéctelos con los recursos.

Otras veces un ser querido está pensando en el suicidio pero no se lo dice a nadie. Busque señales de advertencia, tales como que se retraiga, que duerma demasiado o no lo suficiente, que aumente el consumo de drogas o de alcohol, o que esté ansioso, agitado, o que sea imprudente. Pregúntele si está considerando suicidarse. Hágale saber que el suicidio es un asunto serio. Conéctese con los recursos de ayuda.

El número de teléfono de la Línea Nacional de Prevención del Suicidio es **988**. Los dedicados representantes de atención están disponibles 24 horas al día, 7 días de la semana. Ellos ofrecen apoyo en inglés y español.

Llame al **1-800-273-TALK** (8255) en cualquier momento para obtener ayuda si un amigo o una amiga está batallando y necesita apoyo.

Número de teléfono de la Línea Nacional de Prevención del Suicidio  
**988** ó **1-800-273-TALK (8255)**



### Más Recursos:

[www.save.org](http://www.save.org); <https://suicidepreventionlifeline.org/help-someone-else/>;

<https://www.bethe1to.com/bethe1to-steps-evidence/>; [www.mercycareaz.org/wellness/crisis](http://www.mercycareaz.org/wellness/crisis)

## Para crisis de la salud del comportamiento

Los miembros de Mercy Care pueden llamar a la Línea de Crisis de la Salud del Comportamiento 24 horas al día, 7 días de la semana.

### Área Central de Arizona

- Condado Maricopa: **1-800-631-1314, 602-222-9444**, TTY/TDD: **1-800-327-9254, 602-274-3360**
- Comunidad India Salt River Pima Maricopa: **1-855-331-6432**
- Comunidades Indias Gila River y Ak-Chin: **1-800-259-3449**
- Nación Ft. McDowell Yavapai: **480-461-8888**
- Distrito San Lucy de la Nación Tohono O'odham: **480-461-8888**
- **Envíe el texto HOPE a 4HOPE (44673)**

### Sur de Arizona

- Condados Cochise, Graham, Greenlee, La Paz, Pima, Pinal, Santa Cruz y Yuma, o la Tribu San Carlos Apache: **1-866-495-6735**
- Nación Tohono O'odham: **1-844-423-8759**
- Tribu Pascua Yaqui: Tucson **520-591-7206**; Guadalupe **480-736-4943**

### Norte de Arizona

- Condados Gila, Apache, Coconino, Mohave, Navajo y Yavapai: **1-877-756-4090**
- Tribu White Mountain Apache: **928-338-4811**
- Nación Navajo: **928-551-0508**

Línea para Crisis de Veteranos: **1-800-273-8255, presione 1**

Línea nacional de texto para crisis:

**Envíe el mensaje de texto HOME al 741741**, sobre cualquier tipo de crisis.

<https://www.crisistextline.org/text-us/>

Línea directa nacional de prevención del suicidio: **1-800-273-8255**

Teléfono o mensaje de texto de Teen Lifeline: **602-248-TEEN (8336)**

### El personal de la Línea de Crisis puede ayudar:

- Proporcionando apoyo de crisis por teléfono
- Enviando a un equipo móvil de crisis para apoyarle en la comunidad
- Haciendo arreglos de transporte para llevarle a un lugar seguro
- Organizando asesoría o conexión con su proveedor para pacientes externos
- Proveyendo opciones para lidiar con otras situaciones urgentes

*Siempre llame al 911 en situaciones que pongan la vida en peligro.*

### Si usted necesita a alguien con quien hablar

Llame a la Línea Cálida, **602-347-1100**. Es una línea de apoyo operada por especialistas acreditados en apoyo entre compañeros. Disponible 24 horas al día, 7 días de la semana.