

# SERVICIOS DE SALUD MENTAL/CONDUCTUAL EN EL CONDADO DE WHATCOM



## Cómo podemos ayudar:

Si tiene inquietudes sobre la salud mental de su hijo, un gran recurso es el consejero escolar. Además, el distrito cuenta con un coordinadora de Salud Mental para ayudarlo a conectarse con recursos, así como servir de enlace entre las familias y la escuela. Por favor comuníquese en cualquier momento.



Laura Lupo, 360-318-2470  
Coordinadora de Salud Mental

**Irene Reither Primaria**  
Olivia Klein  
360-318-2489

**Escuela Secundaria Meridian**  
Kathy Greshock  
360-318-2376  
Brett Muskavage  
360-318-2373

**Escuela Preparatoria Meridian**  
Cheryl McBride  
360-318-2276  
Don McMains  
360-318-2261

## OPPORTUNITY COUNCIL

Opportunity Council ofrece asistencia práctica cuando las personas lo necesitan, identifica y satisface las necesidades de la comunidad. Vea su directorio de recursos comunitarios en:  
<https://whatcomresources.org/organizaciones>

El sitio web de Opportunity Council se puede traducir al español, ruso, árabe, coreano, punjabi, ucraniano, inglés y ASL.  
<https://www.oppco.org/>

## NAMI del condado de Whatcom

NAMI es la Alianza Nacional sobre Enfermedades Mentales, la organización comunitaria más grande del país dedicada a mejorar la calidad de vida de las personas con enfermedades mentales y sus familias a través del apoyo, la educación y la defensa. Los servicios de NAMI Whatcom son gratuitos.

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

**¿EN CRISIS? LLAMA O MANDE MENSAJE AL 988**

**Y VISITE LA RED NACIONAL DE PREVENCIÓN DEL SUICIDIO Y CRISIS**

# SERVICIOS DE SALUD MENTAL/CONDUCTUAL EN EL CONDADO DE WHATCOM



## SERVICIOS COMUNITARIOS CATÓLICOS

Servicios de salud mental para jóvenes  
360-676-2164

## COMPASS HEALTH

Servicios de salud mental  
360-676-2200 Centro de clasificación de crisis del condado de Whatcom  
360-676-2020 extensión. 2

## ALIANZA NACIONAL SOBRE ENFERMEDADES MENTALES (NAMI) WHATCOM

Servicios de apoyo, educación y información  
360-671-4950

## SEAMAR

Bellingham Behavioral Health  
Servicios para niños y familias  
360-398-5444

## SUNRISE SERVICES

Servicios de salud mental  
360-746-7200

## UNITY CARE NORTHWEST

Servicios de salud mental  
360-676-6177

## VOLUNTARIOS DE AMÉRICA

Línea de acceso a servicios de salud conductual  
1-888-693-7200

## BRIGIDA COLLINS

Servicios para niños y familias  
(360) 734-4616

## CENTRO DE APOYO FAMILIAR MERIDIAN

Alimentos, recursos y referencias a servicios  
360-318-2486  
360-306-2886 (español)

## Cómo concertar una cita:

Hacer una llamada o enviar un correo electrónico puede resultar abrumador. Puede resultar útil escribir un guión para recordar qué decir o escribir un correo electrónico que pueda utilizar una y otra vez.

Cuando programe una cita, necesitará:

- Su nombre
- Número de teléfono
- Edad
- Tipo de seguro o si buscas una tarifa variable o una tarifa por hora.
- Con qué tiene problemas (por ejemplo, depresión, ansiedad, consumo de drogas, duelo)
- Lo que desea obtener del tratamiento.

- Si cree que necesita medicamento, pregunte si pueden recetarle medicamento.
- Si desea telesalud o visitas en persona.
- Los días y horarios en los que se pueden reunir.
- Si necesitas ayuda con el transporte.
- Si tiene una discapacidad y necesita adaptaciones especiales.
- También puede incluir cualquier pregunta que desee hacer sobre el profesional o programa de atención médica.
- Estas llamadas son confidenciales, así que sea abierto sobre cualquier problema de salud mental, drogas o alcohol con el que necesite ayuda.