

CONDADO DE SANTA CRUZ

SERVICIOS PARA TRASTORNOS POR USO DE SUSTANCIAS

Boletín Informativo

Diciembre 2024



Miembro del equipo

Conozcan a Steven, SUDCCIII

Steven es coordinador de clientes en el programa de SUDS (servicios para trastornos por uso de sustancias) y facilitador de grupos. Steven recibió su licenciatura en psicología de la Universidad Willam Jessup y es un consejero certificado en drogas y alcohol.

Steven ha sido miembro de el programa de SUDS en el Condado de Santa Cruz durante los últimos ocho años y medio. En este tiempo, Steven ha ayudado a cientos de clientes y familias. Su carrera se inspiró en parte por su experiencia personal y se solidificó con su formación académica. Le apasiona profundamente ayudar a los demás y da la bienvenida a todos en nuestro programa.



Los Grupos de Steven

Steven facilita un grupo de prevención en Santa Cruz de recaídas psicoeducativas y espera expandir sus grupos a Watsonville en el año nuevo.

Si desea ir a uno de sus grupos, este es su horario de grupos semanales:

martes: 11:00 AM – 12:30 PM Grupo de Recuperación
Ubicación: Santa Cruz, Sala 241
Facilitador: Steven 831-359-9206

jueves: 5:00– 6:30 PM Grupo de Recuperación
Ubicación: Santa Cruz, Rm. 206
Facilitador: Steven 831-359-9206



ENFOQUE COMUNITARIO



Pajaro Valley Loaves & Fishes



Organización comunitaria dedicada a aliviar el hambre entre las familias viviendo en pobreza, los trabajadores agrícolas, y las personas mayores y sin hogar en el Pájaro Valley.

Sirviendo comidas calientes el día de navidad miércoles, el 25 de diciembre de las 12-1:00 pm.

Para obtener más información, llame al (831) 722-4144 o visite su sitio web, pvloavesandfishes.org

Ubicación: 150 2nd St. Watsonville, CA 95076

Second Harvest Food Bank

Distribución diaria de alimentos para todos miembros de la comunidad del condado de Santa Cruz.

Debido a los cambios en el horario de los días festivos, por favor llame antes de su llegada para confirmar la ubicación de distribución de alimentos.

Ubicaciones de distribución diaria de alimentos se encuentran en el sitio web de Second Harvest Food Bank 831-662-0991



Helping the homeless community access free services throughout Santa Cruz County.

People First of Santa Cruz County

Recurso comunitario con la misión de garantizar vivienda para todos.

Refugio para el clima extremo: Refugios temporales que proporcionan a las personas desalojadas un lugar seguro y cálido para dormir por la noche. Estos refugios se activan cuando el condado experimenta clima severo durante los meses de enero a marzo.

Para más información, llame al: 831- 325-2699

Enlaces a más Recursos



Como hacer frente al estrés

Entendemos que los días de fiesta pueden ser estresantes. Nos gustaría compartir 5 habilidades de afrontamiento para apoyar su bienestar en momentos de estrés.

- Pida ayuda – comuníquese con alguien seguro
- Cuide bien su cuerpo: coma bien, haga ejercicio, duerma
- Establezca límites
- Estructure su día
- Enfóquese en el ahora



Encuentre recursos de salud mental en el Condado de Santa Cruz

¿Crisis de salud mental o del uso de sustancias?

Nuestros Equipos Móviles de
Respuesta a Crisis brindan servicios
a todo el Condado de Santa Cruz.

*Ayuda a sólo una
llamada de distancia.*



Apoyo
24/7/365



Respuesta
inmediata



Ayuda
profesional
y compasiva



1-800-952-2335

santacruzhealth.org/CrisisResponse