



## **AYUDAS Y SERVICIOS PSICOLÓGICOS A LA COMUNIDAD**

Tu salud física y emocional son importantes. Para tu referencia, incluimos información valiosa sobre los servicios disponibles para ti y tu familia.

### **LIBRES DE COSTO - LLAMADA TELEFÓNICA**

#### **DISASTER DISTRESS HELP LINE | 1-212-461-4635 opción #2 / 1-787-339-2663**

- Disponible para cualquier persona afectada por un desastre humano o ambiental.
- Se puede comunicar 24/7 y le responderán en español al marcar el #2 y es completamente confidencial
- Website: <https://www.samhsa.gov/find-help/disaster-distress-helpline/contact-us>

#### **LÍNEA PAS ASSMCA | 1-800-981-0023**

- Disponible 24/7
- Es libre de costo y confidencial
- Atendido por profesionales de la conducta

#### **MCS PLAN MÉDICO | 1-888-758-1616, opción #1 una vez responda la grabadora**

- Debes tener tu tarjeta de plan médico a la mano
- Es un servicio libre de costo que provee MCS por ser asegurados del plan
- Disponible 24/7

### **LIBRES DE COSTO - COORDINAR CITA**

#### **GRUPO SERVICIOS ESPECIALIZADOS EN PSICOLOGÍA E INTEGRATIVOS (GRUPO SEPI) | 787-404-5933**

- Disponible 8:00 AM y 5:00 PM
- Oficinas de Ponce y Bayamón
- Los servicios son ofrecidos por doctores en psicología y el servicio está exclusivamente destinado a las personas afectadas por la situación del terremoto



## INFORMACIÓN DE APOYO DIRIGIDO A LA NIÑEZ

- AUDIO CUENTO | El Día en que todo se movió  
<https://m.youtube.com/watch?v=fDa3sK9SyQ8>
- LIBRO PARA DESCARGA | Trinká y Juan: El día que la Tierra se movió  
<https://www.nctsn.org/resources/trinka-y-juan-el-dia-que-la-tierra-se-movio>

*\*Estaremos actualizando este directorio en la medida que confirmemos otras organizaciones privadas y públicas que están ofreciendo servicios de manera inmediata. Todas son fuentes verificadas y confirmadas.*