

No estas solo. Hay ayuda disponible.



Apoyo de asesoramiento y Terapia Clínica

Servicios comunitarios católicos de Utah (CCS of Utah).

Llama al (801) 977-9119 | ccsutah.org



988 Línea de Prevención del Suicidios y Crisis

Asistencia gratuita y confidencial de profesionales entrenados en situaciones de crisis. Disponible 24 horas al día, 7 días a la semana. Si está sufriendo emocionalmente o preocupado por alguien más, llame al 988.

988.utah.gov



Línea Nacional de Asistencia a la Salud Mental Materna

Ayuda gratuita y confidencial para madres nuevas/primerizas. Disponible 24 horas al día, 7 días a la semana. Consejeros entrenados en salud materna. (833) 852-6262

mchb.hrsa.gov/programs-impact/national-maternal-mental-health-hotline



Terapia y Sanación para Sobrevivientes de Violencia.

El Centro THRIVE para Sobrevivientes de Tortura. Aceptan Medicaid. (801) 363-4596

thrivesot.org/resettlement-and-medical-screening-referral



Apoyo y Asesoramiento para Refugiados.

Programa de servicios de salud para refugiados USCRI. Servicios gratuitos. 800-615-6514 | refugees.org/behavioral-health-support-program/



Escanea este código para obtener más recursos o visita: MaternalResources.utah.gov

**You are not alone.
There is help.**



Counseling support and clinical therapy

Catholic Community Services (CCS of Utah). (801) 977-9119

ccsutah.org



988 Suicide and Crisis Lifeline

Free, confidential support from trained crisis workers. Available 24 hours a day, 7 days a week. If you are struggling with your emotions or worried about someone else, call 988.

988.utah.gov



The national hotline for pregnant and new moms

Free, confidential help for new mothers. Available 24 hours a day, 7 days a week. Trained counselors in maternal health. (833) 852-6262

mchb.hrsa.gov/programs-impact/national-maternal-mental-health-hotline



Therapy and healing for survivors of violence

THRIVE Center for Survivors of Torture. Accepts Medicaid. (801) 363-4596

thrivesot.org/resettlement-and-medical-screening-referral



Counseling and peer-to-peer support for refugees

USCRI Refugee Health Services program. Free services. 800-615-6514

refugees.org/behavioral-health-support-program/



Open your phone and scan this code for more resources or visit MaternalResources.utah.gov