



## Behavioral Health Services & Resources

### National Resources:

- The National Suicide Prevention Hotline: 1-800-273-8255. For the Deaf and Hard of Hearing: 1-800-799-4889
- Substance Abuse & Mental Health Services Administration (SAMHSA): 1-800-662-4357
- SAMHSA's Disaster Distress Hotline: 1-800-985-5990 or text "TalkWithUs" to 66746
- Teen Line: 1-800-TLC-TEEN or text "TEEN" to 839863 between 6:00-9:00 pm PST
- National Crisis Hotline and Textline: 1-877-663-5433 or text "Connect" to 741741
- National Hopeline Network: Call or text 1-877-235-4525
- LGBTQ+ National Youth Talkline: 1-800-246-7743

### California Based Resources:

- California YOUTH Crisis Line: 1-800-843-5200
- Mental Health Association of San Francisco, California Peer-Run Warm Line: 1-855-845-7415
- Beacon Health, Mental Health referrals for Medi-Cal beneficiaries: 1-855-765-9700
- California Mental Health Services Authority: [www.eachmindmatters.org](http://www.eachmindmatters.org), [www.suicideispreventable.org](http://www.suicideispreventable.org), and [www.emmresourcecenter.org](http://www.emmresourcecenter.org)

### Monterey County Based Resources:

- Crisis Hotline: 831-458-5300
- Natividad Medical Center: 831-755-4111
- Community Hospital of Monterey (CHOMP) Mental Health Department: 831-625-4600
- Monterey County Behavioral Health: 888-258-6029
- Community Human Services (substance abuse, mental health counseling, and recovery services to middle/low income individuals and families): 831-658-3811
- Interim, Inc. OMNI Warmline: Call 831-800-7660, text 831-998-7916, [omni@interiminc.org](mailto:omni@interiminc.org)
- Valley Health Associates, Youth Outpatient Drug Treatment: 831-424-6655
- Equine Healing Collaborative (Marriage and Family Therapists and Social Workers): 831-582-1017
- Harmony at Home (Community counseling for individual, couples, and families on a sliding scale): Carmel 831-625-5160, Salinas 831-272-6644, [Sarah@Harmony-At-Home.org](mailto:Sarah@Harmony-At-Home.org)
- Door to Hope (Mental health services for young children, adolescents and their families, county wide): 831-758-0181
- NAMI (National Alliance for Mental Illness) Monterey: [info@namimonterey.org](mailto:info@namimonterey.org) or 831-422-NAMI
- United Way Monterey County: Call 2-1-1 or text your zip code to 898-211
- Sam's Guide (Guide to everything Monterey County): [http://mcdss.co.monterey.ca.us/docs/SAM's\\_GUIDE\\_2019.pdf](http://mcdss.co.monterey.ca.us/docs/SAM's_GUIDE_2019.pdf)

\*If you are experiencing a mental health crisis, please call 911 and request to speak with an officer who is Crisis Intervention Trained (CIT Trained) to handle psychiatric emergencies and crisis.

\*\*Disclaimer: This is not to be construed as medical or legal advice. This is an evolving list of resources for mental health care and should not be taken as an endorsement. If you need a referral please speak to your doctor.

**YOU ARE NOT ALONE!**  
**YOU DESERVE SUPPORT!**  
**THERE ARE PEOPLE READY TO HELP!**



## **Servicios y recursos de salud mental y emocional**

### **Recursos nacionales:**

- Línea directa nacional de prevención del suicidio: 1-888-628-9454
- Administración de servicios de abuso de sustancias y salud mental (SAMHSA): 1-800-662- 4357
- Línea directa de socorro en casos de desastre de SAMHSA: 1-800-985-5990 o envíe un mensaje de texto con "Talk With Us" al 66746
- Línea de Jóvenes: 1-800-852-8336 o "TEEN" al 839863 entre las 6:00-9:00 pm PST
- Líneas directas de crisis: 1-877-663-5433
- Línea de texto de crisis nacional: envíe un mensaje de texto con "Conéctese" a 741741
- Red Nacional de Esperanza: llamada o mensaje de texto 1-877-235-4525
- LGBTQ + Línea Nacional de Jóvenes: 1-800-246 -7743

### **Recursos basados en California:**

- Línea de Crisis de California: 1-800-843-5200
- Asociación de Salud Mental de San Francisco, Línea de apoyo mental para California: 1-855-845-7415
- Salud Beacon, referencias de salud mental para beneficiarios de Medi-Cal: 1-855-765- 9700
- Servicios de salud mental de California Autoridad de: [www.sanamente.org](http://www.sanamente.org) y [www.elsuicidioesprevenible.org](http://www.elsuicidioesprevenible.org)

### **Recursos basados en el condado de Monterey:**

- Líneas directas de crisis: 831-458-5300, Natividad Centro Medical: 831-755-4111
- Hospital Comunitario de Monterey (CHOMP) Departamento de Salud Mental: 831-625-4600
- Salud conductual del condado de Monterey: : 888-258-6029
- Servicios Humanos de la Comunidad (abuso de sustancias, asesoramiento sobre salud mental y servicios de recuperación para individuos y familias de ingresos medios / bajos): 831-658-3811
- Interim, Inc. OMNI Warmline : Llame al 831-800-7660, texto 831-998-7916, [omni@interiminc.org](mailto:omni@interiminc.org)
- Valley Health Associates, Tratamiento ambulatorio de drogas para jóvenes: 831-424-6655
- Equine Healing Collaborative (Terapeutas matrimoniales y familiares y trabajadoras sociales): 831-582-1017
- Harmony at Home (Asesoramiento comunitario para individuos, parejas y familias en una escala variable): Carmel 831-625-5160, Salinas 831-272-6644, [Sarah@Harmony-At-Home.org](mailto:Sarah@Harmony-At-Home.org)
- Door to Hope (Servicios de salud mental para niños pequeños, adolescentes y sus familias, en todo el condado): 831-758-0181
- NAMI (Alianza Nacional para Enfermedades Mentales) Monterey: [info@namimonterey.org](mailto:info@namimonterey.org) o 831-422-NAMI
- United Way Monterey County : llame al 2-1-1 o envíe un mensaje de texto con su código postal al 898-211

\*Si está experimentando una crisis de salud mental, llame al 911 y solicite hablar con un oficial capacitado en intervención en crisis (CIT capacitado) para manejar emergencias psiquiátricas y crisis.

\*\* Descargo de responsabilidad: Esto no debe interpretarse como asesoramiento médico o legal. Esta es una lista en evolución de recursos para la atención de la salud mental y no debe tomarse como un aval. Si necesita una referencia, hable con su médico.

**NO ESTÁ SOLO!**  
**USTED MERECE APOYO!**  
**¡HAY PERSONAS LISTAS PARA AYUDAR!**