LIVINGWORKS
safeTALK

Este programa piloto en español es gratuito, pero el costo del libro es de $27.00 por persona. Los participantes recibirán una licencia en línea para *LivingWorks Start* —un programa de prevención del suicidio de 90 minutos que se realiza al propio ritmo del usuario— además de este programa presencial.

Requisitos: Dominio del idioma español, ya que la capacitación se impartirá en español. El propósito de este programa piloto es educar, fomentar la creación de redes y capacitar a personas para trabajar con la población de habla hispana y así crear una red de apoyo. Llegar a la comunidad latina requiere un enfoque diferente en materia de salud mental; este programa aborda dichas barreras y proporciona recursos. Esta es la versión más reciente de safeTALK 3.

Cuando: Viernes 30 de Octobre del 2026, de 1:00 p. m. a 5:00 p. m.
Dónde: Norfolk Public Library, 308 W. Prospect Ave, Sala A, Norfolk, NE 68701.
Inscripción: Envíe un correo electrónico a msandoval@midtownhealthne.org antes del 30 de Octubre del 2026 antes del mediodía.

safeTALK es programa de capacitación de medio día sobre cómo estar alerta y reconocer señales; prepara a cualquier persona mayor de 15 años —independientemente de su experiencia o formación previa— para convertirse en un ayudante alerta ante el riesgo de suicidio. La mayoría de las personas con pensamientos suicidas no desean morir realmente, sino que luchan contra el dolor en sus vidas. A través de sus palabras y acciones, piden ayuda para mantenerse con vida. Los ayudantes capacitados en safeTALK pueden reconocer estas señales y actuar conectando a estas personas con recursos de intervención que salvan vidas, como cuidadores capacitados en ASIST.

Metas y objetivos de aprendizaje
Durante la capacitación, los participantes de safeTALK aprenderán a:

- Detectar y responder a situaciones donde puedan existir pensamientos suicidas.
- Reconocer que, a menudo, las señales de petición de ayuda pasan desapercibidas.
- Superar la tendencia común de ignorar, restar importancia o evitar el tema del suicidio.
- Aplicar los pasos TALK (por sus siglas en inglés): *Tell* (Decir/Hablar), *Ask* (Preguntar), *Listen* (Escuchar) y *Keep Safe* (Mantener a salvo).
- Conocer los recursos comunitarios y cómo conectar a una persona con pensamientos suicidas a dichos recursos para recibir ayuda adicional.

La mayoría de las personas con pensamientos suicidas no quieren morir; buscan una manera de superar el dolor en sus vidas. A través de sus palabras y acciones, a menudo invitan a otros a ayudarles a elegir la vida. safeTALK enseña a los participantes a reconocer estas señales, a interactuar con alguien que podría estar pensando en el suicidio y a poner a esa persona en contacto con recursos que ayuden a proteger su seguridad. Entre estos recursos se incluyen profesionales de la salud, personal de primera respuesta, operadores de líneas de crisis y otras personas capacitadas en la intervención ante el suicidio.