

RECURSOS DE SALUD MENTAL

Ciudad de Westborough

- **Westborough Youth and Family Services (Servicios para jóvenes y familias de Westborough)** – orientación gratuita, consulta clínica, recursos y servicios de derivación para los residentes de Westborough de todas las edades Llame al 508-366-3090. Interpretación en vivo y gratuita disponible.
- **Examen de salud mental en línea** – examen de salud mental gratuito, anónimo y en línea para adultos y padres, organizado por los servicios para jóvenes y familias de Westborough en <https://screening.mentalhealthscreening.org/westboroughyfs>. Múltiples opciones de exámenes; disponibles en inglés y español.
- **Línea de ayuda Interface** – el servicio gratuito de derivación establece un contacto entre los residentes de Westborough y los servicios de salud mental de consulta externa. Llame al 1-888-244-6843. Los orientadores de la línea de ayuda hablan varios idiomas, y la interpretación del idioma está disponible.

Westborough Public Schools

- **Los orientadores educativos** están a su disposición para ayudarle a determinar los apoyos de salud mental correctos para cualquier estudiante dentro de las escuelas. Los estudiantes pueden buscar directamente a sus orientadores asignados, o los padres/tutores pueden llamar a la oficina principal de la escuela y pedir hablar con el orientador educativo del estudiante.
- **Westborough High School** 508-836-7720
- **Gibbons Middle School** 508-836-7740
- **Mill Pond** 508-836-7780
- **Armstrong School** 508-836-7760
- **Hastings School** 508-836-7750
- **Fales School** 508-836-7770



Recursos regionales

- **Metrowest Care Connection y Care Navigation (Servicio de conexión y navegación para la atención de Metrowest)** – busque en el sitio web para conocer servicios locales de salud mental, relacionados con el uso de sustancias, de atención médica y servicios sociales que se adecuen a las necesidades individuales. Diríjase a <https://mwcareconnection.info/>. La navegación por el sitio web está disponible en varios idiomas. Para obtener asistencia en vivo y gratuita, llame a la línea de Care Navigation (navegación para la atención) al 884-528-6800. Los navegadores de Care hablan varios idiomas y la interpretación gratuita está disponible.
- **Psychiatric Emergency Services (PES) y Mobile Crisis Intervention (Servicios de emergencia psiquiátrica e intervención móvil en casos de crisis)** – los adultos y niños que estén experimentando una crisis de salud mental pueden acceder a evaluaciones inmediatas y derivaciones a los servicios. Llame al 800-640-5432, las 24 horas del día, los 7 días de la semana.
- **Línea de ayuda 211** – llame al 2-1-1 o diríjase a <https://www.211.org/> para obtener información acerca de servicios sociales, necesidades esenciales, ayuda en casos de crisis y más. Los servicios de la línea de ayuda se ofrecen en varios idiomas.
- **Parental Stress Line (Línea de estrés parental)**, 800-632-8188. Los orientadores capacitados ofrecen apoyo sin prejuicios las 24 horas del día, los 7 días de la semana, a los padres y tutores que tienen dificultades con la crianza de los hijos.

- **SafeLink**, 877-785-2020. Esta es una línea directa y un recurso gratuito para casos de violencia doméstica en todo el estado a disposición de cualquier persona afectada por violencia doméstica o abuso de pareja. Los orientadores capacitados están disponibles las 24 horas del día, los 7 días de la semana, para ofrecer apoyo, información y conexiones a los servicios. Los defensores hablan inglés y español; interpretación disponible en más de 100 idiomas.

Recursos Nacionales

- **Call2Talk y Crisis Text Line (Línea de texto para casos de crisis)** – escucha confidencial y compasiva, las 24 horas del día, los 7 días de la semana. El sitio web y la línea directa están disponibles en varios idiomas. Llame al 508-532-2255 o envíe un mensaje con el texto "C2T" o "HOME" al 741741.
- **The Trevor Project (El Proyecto Trevor)** – esta línea directa gratuita y sin prejuicios es atendida por orientadores LGBTQ capacitados y sensibles para ayudar a las personas que llaman con crisis de salud mental o con pensamientos suicidas. Llame al 866-488-7386 o envíe un mensaje con el texto "TREVOR" al 1-202-304-1200, las 24 horas del día, los 7 días de la semana. TrevorText está disponible los jueves y viernes de 4-8:00 p.
- **National Suicide Prevention Lifeline (Línea Nacional de Prevención del Suicidio)** - los orientadores están capacitados para ayudar a aquellos que experimentan pensamientos suicidas y otros tipos de angustia emocional. Llame al 1-800-273-TALK (8255), las 24 horas del día, los 7 días de la semana. Diríjase a <https://suicidepreventionlifeline.org/>.
- **SAMHSA** – esta línea de ayudar para casos de abuso de sustancias y administración de servicios de salud mental brinda derivaciones gratuitas y confidenciales las 24 horas para tratamiento e información acerca de trastornos mentales y/o trastornos por el uso de sustancias, la prevención y recuperación. Llame al 1-800-662-HELP (4357); TTY: 1-800-487-4889, o envíe un texto con su código postal al: 435748 (HELP4U); <https://www.samhsa.gov/find-help/national-helpline>; disponible en inglés y español.

Recursos adicionales de apoyo

- **Los pediatras** ofrecen información, tratamiento y derivaciones adaptadas a las necesidades de un niño.
- **Programas de asistencia al empleado (EAP)** – muchos empleadores ofrecen acceso para los empleados y sus familiares a los servicios de EAP, que incluyen orientación y derivaciones gratuitas y confidenciales de salud mental a corto plazo.

Recursos universitarios

- **Los centros de orientación o servicios de salud estudiantil** en la mayoría de las instituciones superiores y universidades ofrecen a los estudiantes orientación de salud mental gratuita, en el campus, a corto plazo para consulta externa. Para la orientación a largo plazo y otros tipos de tratamiento de salud mental, los centros universitarios de orientación ayudarán con las derivaciones, según sea necesario. Los estudiantes mayores de 18 años deberán firmar formularios para que los padres/tutores legales participen.

Lectura sugerida

- **Community Wellness Guides (Guías de Bienestar Comunitario)** – una publicación periódica de Westborough Public Schools y Westborough Youth and Family Services con artículos selectos, videos, información y recursos relacionados con la salud mental, la justicia racial y la equidad. Las guías anteriores se pueden ver en el sitio web de WPS en <http://www.westboroughk12.org/>: vaya a Physical Education Health & Wellness » PE News » Community Wellness Guides

Square One es una alianza colaborativa entre Westborough Public Schools, Westborough Youth and Family Services, Rotary Club of Westborough, Westborough Public Library y Westborough Connects. Ofrece programación gratuita y recursos diseñados para promover la educación comunitaria y la resiliencia en torno al uso de sustancias y la salud mental. Esta lista de recursos se creó para el Mes de Concientización sobre la Salud Mental de mayo del 2022.

RECURSOS DE SAÚDE MENTAL

Cidade de Westborough

- **Atendimento para Jovens e Famílias de Westborough** – Aconselhamento, consulta clínica e serviços de recursos e encaminhamento gratuitos para residentes de Westborough de todas as idades. Ligue para 508-366-3090. Interpretação de idiomas ao vivo disponível gratuitamente.
- **Exames preventivos de saúde mental on-line** – Exames preventivos gratuitos, anônimos e on-line de saúde mental para adultos e pais, organizada pelo Atendimento para Jovens e Famílias de Westborough no site <https://screening.mentalhealthscreening.org/westboroughyfs>. Várias opções de exames preventivos; disponíveis em inglês e em espanhol.
- **Linha de Apoio com Interface** – O serviço de encaminhamento gratuito combina os residentes de Westborough com serviços ambulatoriais de saúde mental. Ligue para 1-888-244-6843. Os aconselhadores da linha de apoio falam vários idiomas e há interpretação de idiomas disponível.

Escolas Públicas de Westborough

- **Aconselhadores de Orientação** estão disponíveis para ajudar a determinar o suporte de saúde mental certo para qualquer aluno nas escolas. Os alunos podem procurar os aconselhadores designados diretamente, ou os pais/responsáveis podem ligar para a sede da escola e pedir para falar com o aconselhador do aluno.
 - **Westborough High School** 508-836-7720
 - **Gibbons Middle School** 508-836-7740
 - **Mill Pond** 508-836-7780
 - **Armstrong School** 508-836-7760
 - **Hastings School** 508-836-7750
 - **Fales School** 508-836-7770



Recursos Regionais

- **Metrowest Care Connection e Care Navigation** – Pesquise no website serviços locais de saúde mental, uso de substâncias, assistência médica e social para atender às necessidades individualizadas. Acesse <https://mwcareconnection.info/>. O website pode ser navegado em vários idiomas. Para suporte gratuito em tempo real, ligue para a linha Care Navigation pelo telefone 884-528-6800. Os Assessores de Atendimento falam vários idiomas e interpretação de idiomas é disponibilizada gratuitamente.
- **Serviços de Emergência Psiquiátrica (PES) e Intervenção Ambulatorial para Crises** – Adultos e crianças em crise de saúde mental podem acessar avaliações imediatas e encaminhamentos para atendimento. Ligue para 800-640-5432, 24 horas por dia, 7 dias por semana.
- **Linha de Apoio 211** – Ligue para 2-1-1 ou acesse <https://www.211.org/> para obter informações sobre serviços sociais, necessidades essenciais, ajuda em situações de crise e muito mais. Os serviços da linha de apoio são oferecidos em vários idiomas.
- **Linha de Estresse Parental** – 800-632-8188. Aconselhadores treinados oferecem apoio sem críticas, 24 horas por dia, 7 dias por semana, para pais e responsáveis que tenham dificuldades com a paternidade.
- **SafeLink** – 877-785-2020. Esta é uma linha direta e gratuita de apoio contra violência doméstica de âmbito estadual para qualquer pessoa afetada por violência doméstica ou abuso de parceiro. Aconselhadores treinados estão disponíveis 24 horas por dia, 7 dias por semana, para oferecer

suporte, informações e conexões para atendimento. Atendentes falam inglês e espanhol; serviço de interprete disponível para mais de 100 idiomas.

Recursos Nacionais

- **Call2Talk e Crisis Text Line** – Escuta confidencial e compassiva, 24 horas por dia, 7 dias por semana. O site e a linha direta podem ser acessados em vários idiomas. Ligue para 508-532-2255 ou envie uma mensagem de texto “C2T” ou “HOME” para 741741.
- **O Projeto Trevor** – Esta linha direta gratuita e isenta de críticas é atendida por aconselhadores treinados e sensíveis a problemas LGBTQ para ajudar solicitantes em crise de saúde mental ou com pensamentos suicidas. Ligue para 866-488-7386 ou envie uma mensagem de texto com “TREVOR” para 1-202-304-1200, 24/7. TrevorText está disponível às quintas e sextas-feiras, das 16h às 20h.
- **Linha Nacional de Vida e Prevenção de Suicídio** – Os aconselhadores são treinados para ajudar pessoas angustiadas com pensamentos suicidas e outros tipos de sofrimento emocional. Ligue para 1-800-273-TALK (8255), 24 horas por dia, 7 dias por semana. Acesse <https://suicidepreventionlifeline.org/>.
- **SAMHSA** – Esta linha de apoio da Administração de Atendimento de Abuso de Substâncias e Saúde Mental fornece encaminhamentos gratuitos e confidenciais 24 horas por dia para tratamento e informações sobre transtornos mentais e/ou de uso de substâncias, prevenção e recuperação. Ligue para 1-800-662-HELP (4357) ; TTY : 1-800-487-4889 , ou Envie um texto com seu CEP para: 435748 (HELP4U); <https://www.samhsa.gov/find-help/national-helpline> ; disponível em inglês e espanhol

Recursos Adicionais para Suporte

- **Pediatras** oferecem informações, tratamento e encaminhamentos adaptados às necessidades da criança.
- **Programas de Assistência ao Funcionário (EAP)** – Muitos empregadores oferecem aos funcionários e seus familiares acesso a serviços de EAP, que incluem aconselhamento e encaminhamentos gratuitos e confidenciais de saúde mental de curto prazo.

Recursos da Faculdade

- **Centros de aconselhamento ou serviços de saúde estudantil** na maioria das faculdades e universidades oferecem aconselhamento de saúde mental ambulatorial gratuito e de curto prazo para estudantes . Para aconselhamento de longo prazo e outros tipos de tratamento de saúde mental, os centros de aconselhamento universitário ajudarão com encaminhamentos, conforme necessário. Alunos com mais de 18 anos precisarão assinar formulários para que os pais/responsáveis estejam envolvidos.

Sugestões de leitura

- **Guias de Bem-Estar Comunitário** – Um periódico publicado pela Westborough Public Schools e pelo Atendimento para Jovens e Famílias de Westborough com curadoria de artigos, vídeos, informações e recursos relacionados à saúde mental, justiça e equidade racial. Guias anteriores podem ser visualizados no site da WPS em <http://www.westboroughk12.org/> : acesse Educação Física Saúde e Bem-Estar » Novidades de Educação Física » Guias de Bem-Estar da Comunidade.

Square One é uma parceria colaborativa entre a Westborough Public Schools, o Atendimento para Jovens e Famílias de Westborough, o Rotary Club de Westborough, a Biblioteca Pública de Westborough e a Westborough Connects. Square One oferece gratuitamente programação e recursos projetados para promover a educação e a resiliência da comunidade em relação ao uso de substâncias e saúde mental. Esta lista de recursos foi criada para o Mês de Conscientização sobre Saúde Mental de maio de 2022.

心理健康资源

Westborough 镇

- **Westborough Youth and Family Services** – 为 Westborough 各个年龄段的居民提供免费咨询、临床咨询以及资源和转诊服务。致电 508-366-3090。可提供免费的现场口译服务。
- **在线心理健康筛查** – 由 Westborough Youth & Family Services 主办的免费、匿名的成人和家长在线心理健康筛查，网址为 <https://screening.mentalhealthscreening.org/westboroughyfs>。多种筛查选项；提供英语和西班牙语服务。
- **Interface 帮助热线** – 免费转诊服务为 Westborough 居民提供门诊心理健康服务。致电 1-888-244-6843。热线咨询师会说多种语言，并提供口译服务。

Westborough 公立学校

- **指导咨询师**可以帮助学校内任何学生决定合适的心理健康支持。学生可以直接向他们指定的咨询师求助，或者家长/监护人可以致电学校的总办公室并要求与学生的指导咨询师交谈。
 - **Westborough 高中** 508-836-7720
 - **Gibbons 中学** 508-836-7740
 - **Mill Pond** 508-836-7780
 - **Armstrong 学校** 508-836-7760
 - **Hastings 学校** 508-836-7750
 - **Fales 学校** 508-836-7770



地区资源

- **Metrowest Care Connection 和 Care Navigation** – 在网站上搜索当地的心理健康、药物使用、医疗保健和社会服务，以满足个性化需求。访问 <https://mwcareconnection.info/>。网站导航支持多种语言。如需免费现场支持，请拨打 Care Navigation 热线 884-528-6800。护理导航员会说多种语言，并提供免费的口译服务。
- **精神科急诊服务 (PES) 和流动危机干预小组**——经历心理健康危机的成人和儿童可以立即获得评估和转诊服务。致电 800-640-5432，全年无休。
- **211 帮助热线** – 拨打 2-1-1 或访问 <https://www.211.org/> 了解有关社会服务、基本需求、危机帮助等信息。帮助热线提供多种语言服务。
- **家口口力帮助口口**，800-632-8188。口口有素的咨口口全天候口在育儿口口上有困口的父母和口口人提供不口口判的支持。
- **SafeLink**，877-785-2020。这是免费的覆盖全州的暴力热线和资源，适用于受家庭暴力或伴侣虐待影响的任何人。训练有素的咨询师全天候提供支持、信息和服务连接。倡导者会说英语和西班牙语；提供超过 100 种语言的口译服务。

全国性资源

- **Call2Talk 和 Crisis Text Line** – 保密、富有同情心的聆听，全年无休。网站和热线支持多种语言。致电 508-532-2255 或发短信“C2T”或“HOME”到 741741。
- **The Trevor Project** – 这个免费、不带评判的热线配备了对 LGBTQ 敏感、训练有素的咨询师，可以帮助来电者应对心理健康危机或自杀念头。致电 866-488-7386 或发短信“TREVOR”至 1-202-304-1200，全年无休。TrevorText 周四和周五的下午 4:00-8:00 开放
- **National Suicide Prevention Lifeline** – 咨询师经过培训，可以帮助那些有自杀念头和其他各种情绪困扰的人。致电 1-800-273-TALK (8255)，全年无休。访问 <https://suicidepreventionlifeline.org/>。
- **SAMHSA** – 药物滥用暨心理健康服务管理局的这条帮助热线提供 24 小时免费且保密的治疗转诊以及有关精神和/或药物使用障碍、预防和康复的信息。致电 1-800-662-HELP (4357)；电传：1-800-487-4889，或将您的邮编发短信至：435748 (HELP4U)；<https://www.samhsa.gov/find-help/national-helpline>；支持英语和西班牙语

其他支持资源

- **儿科医生**提供适合儿童需求的信息、治疗和转诊。
- **员工帮助计划 (EAP)** – 许多雇主为员工及其家人提供 EAP 服务，其中包括免费、保密的短期心理健康咨询和转诊。

大学资源

- 大多数学院和大学的**咨询中心或学生健康服务**为学生提供免费的校内短期门诊心理健康咨询。如需长期咨询和其他类型的心理健康治疗，大学咨询中心将根据需要协助转诊。18 岁以上的学生需要签署表格才能让家长/监护人参与。

建议阅读

- **社区健康指南**– Westborough 公立学校和 Westborough Youth and Family Services 的定期刊物，包含与心理健康、种族公正和平等相关的精选文章、视频、信息和资源。往期指南可在 WPS 网站 <http://www.westboroughk12.org/>上查看：前往 [体育健康与保健](#) » [体育新闻](#) » [社区健康指南](#)。



Square One 是 Westborough 公立学校、Westborough Youth and Family Services、Westborough 扶轮社、Westborough 公立图书馆和 Westborough Connects 之间的合作项目。它提供免费的项目和资源，旨在支持社区教育和围绕药物使用和心理健康的复原力。此资源列表是为 2022 年 5 月的心理健康宣传月而建立。

موارد خدمات الصحة العقلية

بلدة ويستبورو

- مركز خدمات ويستبورو للشباب والعائلات – مشورة مجانية، استشارات طبية وخدمات الموارد والإحالات لسكان ويستبورو من جميع الأعمار. اتصل على الرقم 508-366-3090. توجد ترجمة فورية مجانية للغات الأخرى
- فحص الصحة العقلية على الإنترنت - فحص للصحة العقلية على الإنترنت يتميز بأنه مجاني ومجهول الهوية، للبالغين والأهالي، يقدمه مركز خدمات ويستبورو للشباب والعائلات على الموقع <https://screening.mentalhealthscreening.org/westboroughyfs> خيارات فحص متعددة، متاحة بالإنجليزية والإسبانية.
- واجهة خط المساعدة - خدمة الإحالة المجانية تصل سكان ويستبورو بخدمات الصحة العقلية للمرضى الخارجيين. اتصل على الرقم: 1-888-244-6843. يتحدث مستشارو خط المساعدة عدة لغات، وتتوفر الترجمة الفورية للغات الأخرى.

مدارس ويستبورو العامة

- المستشارون التوجيهيون متاحون للمساعدة في تحديد الدعم المناسب للصحة العقلية لأي طالب ضمن المدارس. قد يلجأ الطلاب إلى المستشارين المعيّنين لهم مباشرة، أو يمكن للوالدين/الأوصياء الاتصال بالمكتب الرئيسي للمدرسة وطلب التحدث إلى المستشار التوجيهي للطلاب.

- مدرسة ويستبورو الثانوية 508-836-7720
- مدرسة جيبونز المتوسطة 508-836-7740
- ميل بوند 508-836-7780
- مدرسة أرمسترونج 508-836-7760
- مدرسة هاستينغ 508-836-7750
- مدرسة فيلز 508-836-7770



الخدمات الإقليمية

موارد

- الاتصالات والبحث للحصول على الرعاية في ميتروويست- ابحث في موقع الويب عن خدمات الصحة العقلية المحلية والمساعدة في حالات تعاطي المخدرات والرعاية الصحية والخدمات الاجتماعية لتناسب مع الاحتياجات الفردية. انتقل إلى الموقع <https://mwcareconnection.info/>. تصفح الموقع متاح بلغات متعددة. للحصول على دعم مباشر مجاني، اتصل بخط الحصول على الرعاية على الرقم: 884-528-6800. يتحدث مساعدو الحصول على الرعاية عدة لغات، وتتوفر الترجمة الفورية المجانية للغات الأخرى.
- خدمات الطوارئ النفسية (PES) والتدخل المتنقل في الأزمات - يمكن للبالغين والأطفال الذين يعانون من مشاكل في الصحة العقلية الوصول إلى التقييمات المباشرة والإحالات الفورية للحصول على الخدمات المناسبة. اتصل على الرقم: 800-640-5432، على مدار اليوم والأسبوع.
- 211 خط المساعدة - اتصل على الرقم 1-1-2 أو انتقل إلى الموقع <https://www.211.org/> للحصول على معلومات تتعلق بالخدمات الاجتماعية، والاحتياجات الأساسية والمساعدة في الأزمات وغيرها من الخدمات الأخرى. تُقدّم خدمات خط المساعدة بلغات متعددة.
- خط الأهالي المجهدين، 800-632-8188. يقدم المستشارون المدربون دعماً بدون إلقاء الأحكام على مدار الساعة وطوال أيام الأسبوع للأباء وأولياء الأمور الذين يواجهون صعوبات في ممارسة واجبات الأبوة والأمومة.
- الخط الساخن SafeLink 877-785-2020. هذا الخط الساخن مجاني على مستوى الولاية ومصدر مساعدة لأي شخص يتعرض للعنف المنزلي أو إساءة معاملة الشريك. يتوفر مستشارون مدربون على مدار الساعة طوال أيام الأسبوع لتقديم الدعم والمعلومات والتوصيل بالخدمات. المحامون يتحدثون الإنجليزية والإسبانية، والترجمة الفورية متاحة لأكثر من 100 لغة.

موارد خدمات الصحة العقلية

موارد الخدمات الوطنية

- خدمة **Call2Talk** وخط الرسائل الخاص بالأزمات – وهي خدمة سرية تتضمن الاستماع بعطف، ومتاحة على مدار اليوم والأسبوع. يمكن الوصول إلى موقع الويب والخط الساخن بلغات متعددة. اتصل على الرقم: 508-532-2255 أو أرسل رسالة بكلمة "C2T" أو "HOME" إلى الرقم 741741.
- **The Trevor Project** خدمة مشروع تريفور – يعمل هذا الخط الساخن المجاني الخالي من إلقاء الأحكام من قبل مستشارين مدربين مدركين لمشاكل مجتمع الميم (LGBTQ) لمساعدة المتصلين الذين يعانون من أزمات الصحة العقلية أو الذين لديهم أفكار انتحارية. اتصل على الرقم: 866-488-7386 أو أرسل رسالة بكلمة "TREVOR" إلى 1-202-304-1200، على مدار اليوم والأسبوع. خدمة TrevorText متاحة يومي الخميس والجمعة من الساعة 4:00 وحتى 8:00 مساءً.
- **خط المساعدة الوطني لمنع الانتحار** - المستشارون مدربون لمساعدة أولئك الذين تراودهم أفكار انتحارية وأنواع أخرى من الاضطرابات العاطفية. اتصل على الرقم: TALK 1-800-273 (8255)، على مدار اليوم والأسبوع. انتقل إلى الموقع <https://suicidepreventionlifeline.org/>.
- **خط المساعدة SAMHSA** - يوفر خط المساعدة هذا المقدم من إدارة خدمات إساءة استخدام العقاقير والصحة العقلية إحالات مجانية وسرية على مدار 24 ساعة للعلاج وتوفير المعلومات حول الاضطرابات العقلية و/أو الاضطرابات الناشئة عن تعاطي المخدرات والوقاية والتعافي منها. اتصل على الرقم: 1-800-4357 (4357) TTY: 1-800-487-4889، أو أرسل رسالة برمزك البريدي إلى: 435748 (HELP4U); <https://www.samhsa.gov/find-help/national-helpline>; هذه الخدمة متاحة باللغتين الإنجليزية والإسبانية

موارد إضافية للدعم

- **أطباء الأطفال** تقديم المعلومات والعلاج والإحالات المناسبة لاحتياجات الطفل.
- **برامج مساعدة الموظفين (EAP)** - يوفر العديد من أصحاب العمل إمكانية وصول الموظفين وأفراد أسرهم إلى خدمات برامج مساعدة الموظفين، والتي تشمل استشارات الصحة العقلية المجانية والسرية على المدى القصير بالإضافة إلى الإحالات.

موارد الجامعة

- **تقدم مراكز الاستشارة أو مراكز خدمات صحة الطلاب** في معظم الكليات والجامعات استشارات مجانية للطلاب في مجال الصحة العقلية داخل الجامعة أو استشارات خارجية على المدى القصير. بالنسبة للاستشارات على المدى الطويل والأنواع أخرى من علاجات الصحة العقلية، ستساعد مراكز الاستشارة الجامعية في الإحالات حسب الحاجة. يحتاج الطلاب الذين تزيد أعمارهم عن 18 عامًا إلى توقيع الآباء/أولياء الأمور على استمارات مخصصة لذلك ليتمكنوا من الحصول على هذه الخدمات.

مواقع مقترحة للقراءة

- **دليل عافية المجتمع** - منشور دوري صادر عن مدارس ويستبورو العامة ومركز خدمات ويستبورو للشباب والأسرة مع مقالات ومقاطع فيديو ومعلومات وموارد منسقة تتعلق بمسائل الصحة العقلية والعدالة العرقية والمساواة. يمكن الإطلاع على الأدلة القديمة على موقع مدارس ويستبورو العامة على الموقع <http://www.westboroughk12.org/>: انتقل إلى **التربية البدنية والصحة والعافية « أخبار التربية البدنية » أدلة العافية المجتمعية**.



سكوير ون (Square One) هي شراكة تعاونية بين مدارس ويستبورو العامة ومركز خدمات ويستبورو للشباب والأسرة ونادي الروتاري في ويستبورو ومكتبة ويستبورو العامة ومنظمة ويستبورو كونيكشن. يقدم برامج وموارد مجانية مصممة لدعم تعليم المجتمع والتكيف مع حالات تعاطي المواد المخدرة والصحة العقلية. تم إنشاء قائمة الموارد هذه للمشاركة في شهر التوعية بالصحة العقلية لشهر مايو 2022.