



# CALL2TALK ESTÁ AQUÍ

24 HORAS AL DÍA,  
7 DÍAS A LA SEMANA

## LINEA DE AYUDA

Llámanos, estamos aquí para escuchar. En Call2Talk estamos aquí todos los días del año. Recibimos miles de llamadas anualmente de personas que necesitan apoyo emocional.

Las llamadas son gratuitas y confidenciales. Algunas de las personas que llaman se sienten abrumadas, tristes o solas. A veces las personas que llaman se sienten confundidas, avergonzadas o desesperadas.

Si está sufriendo con dolor emocional o conoce a alguien que lo esté, llámanos.

**508-532-CALL (2255)**  
**0 MARCA 2-1-1 | EXT.25**



## OFRECERTE COMO VOLUNTARIO

Al coger el teléfono, los voluntarios de Call2Talk marcan la diferencia todos los días en la vida de los que llaman. Nuestro personal que atiende llamadas son personas empáticas y compasivas que simplemente escuchan a aquellos que necesitan una voz cariñosa y alguien que escucha con actitud comprensiva. La capacitación es gratuita y hay un respaldo amplio durante todo el proceso de convertirse en un agente de llamadas.

Nuestros agentes de llamadas son el núcleo de nuestra existencia. Nos enorgullecemos de nuestra comunidad de voluntarios y le damos la bienvenida a nuestro equipo.

**PARA OBTENER MÁS INFORMACIÓN, VISITA: [MASS211.ORG/CALL2TALK](https://mass211.org/call2talk)**

## TELECHECK

TeleCheck es un servicio de consulta telefónica para adultos mayores que viven en casa. Un agente experimentado de Call2Talk se comunicará con un adulto de la tercera edad en casa 1-2 veces por semana para proporcionar apoyo y una conversación en un momento conveniente.

**FPARA UNA LLAMADA DE REMISIÓN DE TELECHECK  
LLAME 508-573-7200 | DEPARTAMENTO DE ADMISIÓN**



## ¿QUÉ ES CALL2TALK?

Brindando servicio desde diciembre de 2013, Call2Talk es el componente de salud mental de Mass211. Al llamar a Call2Talk, aquellos que están luchando con problemas de salud mental tienen un lugar seguro donde pueden llamar y se les animará a hablar sobre su experiencia actual. Algunas personas que llaman incluso hablan abiertamente sobre sus pensamientos de suicidio y están en busca de opciones. Al compartir sus historias personales de tragedia, recuperación, desesperación y dolor, los que llaman sienten alivio, consuelo y esperanza. Llamar a Call2Talk es el primer paso para los que llaman para obtener la ayuda y el apoyo emocional que necesitan urgentemente.

## ¿ESTÁS PREOCUPADO POR ALGUIEN?



Escúchalos. No tengas miedo de preguntarles directamente en qué están pensando y si están pensando en suicidarse. Hablar de cosas tristes o suicidio no meterá esas ideas en su cabeza. En realidad, la mayoría de las personas sentirán alivio después de que alguien finalmente se haya dado cuenta y validado su dolor. Es importante recordar que la mayoría de las personas que piensan en el suicidio no quieren morir, sino que simplemente quieren que su dolor emocional termine. Al escuchar, es posible que puedas ayudar a alguien a explorar opciones más sanas y sentir alivio.

## EDUCACIÓN COMUNITARIA

Presentaciones informativas y mejores prácticas. Capacitación en la creación de conciencia está disponible, personalizada para cualquier cantidad de asistentes y plazo de tiempo. Las opciones incluyen Preguntar, Persuadir, Remitir (QPR por sus siglas en inglés) Capacitación, Primeros Auxilios de Salud Mental, safeTalk, Capacitación aplicada sobre habilidades de intervención en crisis suicidas (ASIST por sus siglas en inglés), More Than Sad (Más que triste), y Talk Saves Lives (Hablar salva vidas).

## METROWEST LOSSTEAM

Una asociación con los departamentos de policía locales para ofrecer apoyo emocional inmediato a los sobrevivientes de pérdidas por suicidio. Actualmente disponible en Ashland, Holliston, Hopkinton, Hudson, Sherborn y Sudbury.

## COALICIÓN PARA LA PREVENCIÓN DEL SUICIDIO



Estadísticas recientes indican que más de 48.000 personas en los Estados Unidos mueren por suicidio cada año. Cerca de 600 de ellos son de Massachusetts. Miles más intentan acabar con sus vidas o muestran comportamientos autolesivos que resultan en hospitalizaciones y visitas a la sala de emergencias.

La Coalición Regional de MetroWest para la Prevención del Suicidio sirve como complemento de la Coalición para la Prevención del Suicidio de Massachusetts (MCSP por sus siglas en inglés) a nivel estatal. Nuestra misión es apoyar y mejorar el MCSP y ayudar a promover el Plan Estratégico del Estado. La Coalición Regional de Prevención del Suicidio de MetroWest trabaja para apoyar y participar activamente en los programas y servicios locales y para promover la conciencia y reducir la incidencia del suicidio en nuestra región.

# CALL 2 TALK

**NOSOTROS ESTAMOS AQUÍ PARA ESCUCHAR**

**508-532-CALL (2255)**

**O SIMPLEMENTE MARQUE 2-1-1 EXT. 25**


**PARA MÁS INFORMACIÓN O PARA DONAR VISITA:**

**WWW.MASS211.ORG/CALL2TALK**



Un Centro Nacional de Crisis Lifeline para la Prevención del Suicidio  
1-800-273-TALK (8255)



Ahora disponible en la tienda de aplicaciones para  y 

# 24 HORAS AL DÍA, 7 DÍAS A LA SEMANA



## NOSOTROS ESTAMOS AQUÍ PARA ESCUCHAR

# CALL 2 TALK

**508-532-CALL (2255)**

**PERSONAL CAPACITADA DISPONIBLE POR TELÉFONO**



Call2Talk es una línea telefónica confidencial de apoyo emocional y de salud mental que ayuda a las personas y familias en momentos de estrés en sus vidas, ayudando a los desanimados y a los que pueden tener tendencias suicidas. Un servicio de United Ways of MA y Mass 2-1-1.