

Promoviendo la Salud Mental en el Sur del Condado de Snohomish a través de la educación, el compromiso de la comunidad, la intervención temprana y los compañeros navegadores.



Organizado por Mental Health Matters (MHM), programa dirigido a la comunidad y patrocinado por Verdant Health y la UW Bothell.

CONÉCTATE CON NOSOTROS

MentalHealthMattersWA@gmail.com

mentalhealthmatterswa.com

FB: Mental Health Matters



MENTAL HEALTH MATTERS



MHM proporciona el conocimiento y actitud sobre la salud mental, conectando de manera individual a las personas que se han visto impactadas o vulnerables por algún acontecimiento en su vida, a través de recursos o cuidados que ayuden en su crecimiento y desarrollo.

EDUCACIÓN DE LA SALUD MENTAL

Más de 140 navegadores de salud mental serán entrenados (en inglés y español) con un plan de estudios creado a la medida. Cada sesión es de cinco semanas de duración e incluye sesiones educativas de dos horas (en persona y en línea), dirigido por expertos en salud mental. Los PMHNs recibirán un certificado además de un pago de \$250 una vez completado el programa.

EVENTOS COMUNITARIOS

El equipo de MHM será anfitrión o coanfitrión de eventos comunitarios para crear conciencia y ayudar a reducir el estigma social sobre la importancia de la Salud Mental. Se ofrece servicio de intérpretes y cuidado de niños. Estos eventos se llevarán con un acercamiento basado en el arte e involucrando a otros colaboradores como el Movimiento Afro-Latino de Seattle (MAS).

OBJETIVOS DEL PROGRAMA

- Incrementar la conciencia pública y reducir el estigma sobre salud y enfermedad mental a través del compromiso social y la promoción de la salud de los compañeros.
- Mejorar la intervención temprana para aquellos que experimentan síntomas de enfermedad mental.
- Reducir las tasas de hospitalización por enfermedad mental enfermedades y muertes por suicidio.
- Ayudar a la gente, especialmente a aquellos que pertenecen a grupos marginados o comunidades de color a conectarse de manera personalizada a recursos de salud y BIPOC proveedores de salud mental

MESAS REDONDAS COMUNITARIAS

MHM organiza mesas redondas comunitarias trimestrales (conversaciones casuales) con sesiones de preguntas y respuestas que conecten a los miembros de la comunidad con profesionales y expertos en salud mental con licencia, especialmente para aquellos que se identifican como BIPOC (Black, Indigenous, People of Color). Con temas propuestos por los mismos miembros de la comunidad. Se ofrece servicio de intérpretes y cuidado de niños.

PROMOCIÓN Y NAVEGACIÓN

Después de completar el entrenamiento, los navegadores de salud mental (PMHNs), iniciarán al menos cinco discusiones independientes sobre salud mental en donde ayudaran a las personas a encontrar recursos y proveedores (por año). Los navegadores además facilitaran y colaboraran a organizar eventos comunitarios.

