



¿Por Qué Tendría Que Ser un Embajador de Salud– BHRS?

Como miembro de la comunidad con conocimiento y experiencia, usted puede hacer la diferencia en la vida de familiares, amigos, vecinos y otros miembros de su comunidad que pueden estar experimentando síntomas de una enfermedad mental y/o un problema de uso de alcohol y drogas.

Embajadores de Salud son personas que están dedicadas a mejorar la salud y el bienestar de las personas en su comunidad y que completan el Programa Embajador de Salud.

El Programa Embajador de Salud de BHRS (Servicios de Salud Mental y Recuperación del Condado de San Mateo) fue creado en reconocimiento al importante rol que representan los miembros de la comunidad, al comunicarse efectivamente con otras personas de su familia, vecindario o/y núcleo social.

¿Cómo Puede Ayudar a mi Comunidad un Embajador de Salud–BHRS?

- Aumenta el conocimiento de los servicios disponibles en el Condado de San Mateo y ayuda a las personas a acceder a tratamientos y apoyo apropiado.
- Ayuda a disminuir el estigma de las enfermedades mentales y/o problemas de adicción para que los que enfrentan estos retos estén más abiertos a recibir ayuda.
- Mejorar la habilidad de la comunidad a reconocer síntomas de las enfermedades mentales y/o problemas de adicción y a implementar cambios sociales positivos.
- Promueve el apoyo e involucramiento de la comunidad para mejorar los servicios de BHRS.
- Ayuda a comunidades a practicar prevención e intervención temprana, decisiones que llevan a una vida más sana y larga.

Programa Embajador de Salud Descripción de Cursos: (Todas las clases son gratis)

Completa 5 de los siguientes 11 cursos:

- **Proyecto de Padres®**
Una clase interactiva de 12–semanas que le enseña a padres/cuidadores de niños cómo mejorar su relación con su(s) hijo(s) y sus habilidades como padres/cuidadores. Los asistentes aprenderán identificación efectiva, prevención y estrategias de intervención.
- **Primeros Auxilios para la Salud Mental de los adultos (MHFA) y/o**
- **Primeros Auxilios para la Salud Mental de los Jóvenes (YMHFA)**
Un programa educativo básico que le permite al público identificar, entender y responder a signos de enfermedades mental, crisis emocionales o problemas de adicción. Las clases se enfocan en jóvenes y adultos por separado.
- **Plan de Acción Para la Recuperación del Bienestar (WRAP)**
WRAP ayuda a los participantes a desarrollar herramientas reales para mejorar la salud física y mental en base a responsabilidad personal, educación, esperanza y apoyo.
- **NAMI Familia a Familia**
Un curso de 12-semanas para familias/cuidadores de personas que sufren enfermedades mentales serias. Obtenga información actual sobre diagnóstico psiquiátrico, tratamientos y estrategias para ayudar a nuestros seres queridos.

(Vea el reverso para cursos adicionales)

Oportunidades Para un Embajador de Salud:

- Impartir clases para jóvenes y adultos en su comunidad.
- Ayudar a identificar las necesidades de su comunidad y proponer cambios en esta.
- Comunicar al Condado el estado de bienestar de su comunidad.
- Trabajar con otras personas dedicada a lo mismo.
- Participar en varias oportunidades de trabajo voluntario.



Descripción de Cursos: (continuación)

- **Bases y Fundamentos de NAMI**
Un programa de 6 sesiones, diseñado para los padres y otros cuidadores de niños y adolescentes con problemas emocionales o de comportamiento. Ayuda a los cuidadores de niños a comprender las enfermedades que causan los problemas de conducta y el importante papel que desempeñan las familias en el tratamiento de esas enfermedades.
- **Aplicación de Técnicas de Intervención en casos de Suicidio (ASIST)**
Este entrenamiento ayuda a los participantes de manera efectiva a responder en varias situaciones de crisis. Además provee herramientas para reconocer y prevenir el riesgo inmediato de suicidio.
- **Foto voz**
Permite a miembros de la comunidad, que hablan cualquier idioma y de todas las edades, a compartir información de sus experiencias de vida, a través de fotos. Una forma única de sanar, educar a nuestra comunidad y comunicar asuntos de salud.
- **Cuentos Contados Digitalmente**
Una manera de integrar el viejo arte de contar historias con las modernas herramientas digitales para ayudar a comunicar pensamientos, ideas y experiencias de vida.
- **San Mateo Sin Estigma**
Propone abogar por la inclusión total y el bienestar de todas las personas con retos mentales y/o adicciones. En este trabajo, usted será parte de la divulgación, educación y discusión con nuestra comunidad para tener un condado sin estigma.

- **Academia de Experiencia de Vida**
Este curso de 10-horas es para consumidores y familiares que quieren aprender cómo compartir su historia de recuperación de forma que los empodere, inspire a otras personas y ayude a mejorar los servicio de salud mental y del comportamiento que ofrece el condado. Los graduados serán considerados para compartir su historia en eventos y programas de BHRS.

Iniciativas de Salud y Equidad:

- Iniciativa de la Comunidad Afroamericana
- Iniciativa China de Salud
- Iniciativa de Salud Mental Filipina
- Colaboración Latina
- Iniciativa de las Islas del Pacifico
- La Iniciativa PRIDE
- Iniciativa de Espiritualidad
- Iniciativa Nativo Americana

Para mas información sobre
BHRS- Programa Embajador de Salud,
contacte a: **Charo Martínez** al
(650) 372-61-36 o envíe un email a
mmartinezresendiz@smcgov.org

El Programa Embajador de Salud es financiado por San Mateo County Behavioral Health & Recovery Services y la Ley de Servicios de Salud Mental (Mental Health Services Act) (Prop. 63)



San Mateo County
Behavioral Health & Recovery Services
Office of Diversity & Equity
310 Harbor Blvd., Bldg. E
San Mateo, CA 94002
www.smchealth.org/ODE



SAN MATEO COUNTY HEALTH
**BEHAVIORAL HEALTH
& RECOVERY SERVICES**

Programa Embajador de Salud (HAP)



*Apoyando Familias Saludables y
Edificando Comunidades Fuertes.*



**SAN MATEO
COUNTY HEALTH**
All together better.