

Ipswich/Condado de Essex

Guía de recursos



Salud mental y apoyo comunitario en
Ipswich, MA y el área del condado de Essex

Última actualización: 31/07/2024

TABLA DE CONTENIDO

| | | | | | | | | | |
|--|---|---|---|---|---|---|---|---|-----------|
| Recursos de asesoramiento. | . | . | . | . | . | . | . | . | 2 |
| Servicios de Emergencia. | . | . | . | . | . | . | . | . | 2 |
| Información útil al elegir un consejero. | . | . | . | . | . | . | . | . | 2 |
| Líneas directas 24 horas al día, 7 días a la semana. | . | . | . | . | . | . | . | . | 2 |
| Agencias de asesoramiento.. | . | . | . | . | . | . | . | . | 3 |
| Consejeros bilingües. | . | . | . | . | . | . | . | . | 4 |
| Grupos de apoyo para padres. | . | . | . | . | . | . | . | . | 4 |
| Grupos de apoyo al duelo. | . | . | . | . | . | . | . | . | 4 |
| Recursos para las adicciones. | . | . | . | . | . | . | . | . | 5 |
| Recursos LGBTQ+.. | . | . | . | . | . | . | . | . | 5 |
| Asistencia financiera. | . | . | . | . | . | . | . | . | 6 |
| Asistencia Alimentaria. | . | . | . | . | . | . | . | . | 7 |
| Recursos comunitarios. | . | . | . | . | . | . | . | . | 8 |
| Campamentos de Verano. | . | . | . | . | . | . | . | . | 9 |
| Oportunidades de voluntariado. | . | . | . | . | . | . | . | . | 10 |

RECURSOS DE CONSEJERÍA

En caso de psiquiatría EMERGENCIA, comuníquese con Eliot Emergency Behavioral Health Services al 978-744-1585, marque el 911 o vaya a la sala de emergencias más cercana.

INFORMACIÓN ÚTIL AL ELEGIR UN CONSEJERO

- Al seleccionar un consejero, es útil hacer preguntas sobre:
 - la especialidad y experiencia del consejero (incluidos los años de práctica)
 - antecedentes educativos
 - Estilo/método de asesoramiento y qué esperar en una cita típica.
 - tipo de asesoramiento que recomienda (individual, familiar, de pareja o combinado)
 - duración de los servicios
 - Horarios de oficina disponibles (días, noches, fines de semana)
 - si hay servicios de emergencia disponibles
 - Costo (incluso si se acepta el seguro, si corresponde)
- Al determinar si los servicios de asesoramiento son apropiados para su hijo, consulte a su médico de atención primaria y considere reunirse primero con el consejero, sin su hijo, para discutir sus inquietudes y buscar posibles soluciones.
- Tenga en cuenta que no siempre nos conectamos con todos de inmediato o en general. Si un niño no se conecta de inmediato o no se siente cómodo, anímelo a que le dé una o dos sesiones. Si todavía no se sienten cómodos, es más que aceptable probar con otro profesional.
- A menudo hay listas de espera para los servicios de asesoramiento. Las agencias pueden ofrecer una disponibilidad más amplia debido a que tienen múltiples consejeros/especialidades dentro de una oficina.

Tenga en cuenta que esta lista es sólo para fines informativos. Las Escuelas Públicas de Ipswich no respaldan específicamente a ninguno de los consejeros o prácticas de esta lista.

Se pueden encontrar consejeros adicionales en el [Sitio web de Psicología Hoy](#), el [Servicio de referencia de INTERFAZ WJC](#), el [Coloquio de Práctica Privada](#), a través de su proveedor de atención primaria o de su compañía de seguro médico.

LÍNEAS DIRECTAS 24/7

Línea de ayuda de salud conductual de Massachusetts

Llame o envíe un mensaje de texto al 833-773-2445 o visite <https://www.masshelpline.com/>

** La Línea de ayuda de salud conductual de Massachusetts es un centro para conectarse con recursos en su área. Proporcionan acceso gratuito y confidencial a recursos e interpretación en tiempo real en más de 200 idiomas.*

Línea directa nacional de prevención del suicidio

1-800-273-8255

Salvavidas para el suicidio y las crisis

Marca 9-8-8

AGENCIAS

Contacte directamente con las compañías de seguros aceptadas.

AANE (Asociación para el Autismo y la Neurodiversidad)

51 Water Street, Suite 206 (Oficina principal)
Watertown, MA 02472
617-393-3824
<https://www.aane.org/>

Ampersand Asesoramiento y consulta

www.ampersandcounselingma.com

Centro y estudio de asesoramiento Artful Life

Calle Cabot 234
Beverly, MA 01915
978-548-6288
info@artfullifecenter.org
www.artfullifecenter.org

Servicios de salud conductual de Beth Israel Lahey

Centro 800 Cummings
Beverly, MA 01915
978-921-1190
<https://bilhbehavioral.org/>

Caridades Católicas - Centro de Orientación y Consejería Familiar

Calle Sylvan 152
Danvers, MA 01923
978-774-6820
<http://www.ccab.org>

Servicios para familiares y amigos de niños

Un Instituto de Recursos de la División de Justicia
Calle Comercial 33
Gloucester, MA 01930
978-283-7198 x4312
<https://jri.org/services/community/childrens-friend-and-family-services>

Servicios de asesoramiento del Gran Boston

Calle Central 64, 2do piso
Georgetown, MA 01833
781-328-1904 x100 para admisión
<http://www.csgboston.com>

Servicios de asesoramiento en el puerto

143 calle estatal Calle Thorndike 8
Newburyport, MA 01950 Q Beverly, MA 01915
978-462-7057 978-922-4888
<http://www.harborsidecounseling.com/>

Centro de asesoramiento familiar patrimonial

60 Avenida del Ferrocarril
Sur de Hamilton, MA 01982
978-468-7010

Salud a paso ligero

**Especializada en ansiedad, TOC y rechazo escolar.*
Correo electrónico: info@instride.health
855-438-8331
<https://www.instride.health/>

Centro de asesoramiento de limoneros

100 Centro Cummings #363C
Beverly, MA 01915
978-317-8411
<http://www.lemontreecounseling.com>

Centro de traumatología de Riverside

Joanna Bridger, LICSW - Directora de servicios clínicos
jbridger@riversidecc.org
781-433-0672 x5615
888-851-2451 - *Respuesta a incidentes críticos las 24 horas*
www.riversidetraumacenter.org

Thrive: una comunidad de aprendizaje social

14 Calle Cedro #107
Amesbury, MA 01913
978-378-0550
<https://www.thrivesociallearning.net/>

Centro de triunfo

36 Calle Woburn
Lectura, MA 01867
781-942-9277
<http://triumphcenter.net/programs/social-skills-gro-ups/>

CONSEJEROS BILINGÜES

Gabriela Aguiar Ortega, LMHC

Centro de salud comunitario de
Lynn

Teléfono: 781-691-7143

Gaortega@lchcnet.org

Idiomas: Español

Adopte caminos hacia el bienestar

1R Calle Newbury, Suite 401

Peabody, MA 01960

339-219-5309

Telesalud disponible

Idiomas: inglés, portugués

Programa de Continuidad Familiar

9 Unidad Centenaria

Peabody, MA 01960

978-927-9410

familycontinuity.org

Idiomas: Español

Servicios de salud conductual de Beth Israel Lahey

Centro 800 Cummings

Beverly, MA 01915

978-921-1190

<https://bilhbehavioral.org/>

Idiomas: español, criollo

haitiano, shoma, japonés

Liliana Kruschewsky, LMHC

Woburn, MA 01801

351-206-1292

Idiomas: inglés, portugués

Bárbara Maia

12 Plaza del Mercado

Amesbury, MA 01913

978-378-5161

Solo telesalud

Idiomas: inglés, portugués

Evan Margetson

1 calle del mercado, suite 204B

Lynn, MA 01901

978-286-8966

Telesalud disponible

Idiomas: inglés, español

Melissa Rodrigues

Lynnfield, MA 01940

351-200-8663

Telesalud disponible

Idiomas: Inglés, Portugués

Servicios comunitarios del sur de la bahía

Calle Congreso 35

Salem, MA 01970

southbaycommunityservices.com

Idiomas: español, portugués,

jemer, japonés

GRUPOS DE APOYO PARA PADRES

NFI Massachusetts

76 Calle Invierno

Haverhill, MA 01830

<https://www.nfima.org/>

Ipswich desde el nacimiento hasta los tres años

Contacto: Beth al 978-471-2180 (llamada/texto) o birthto3@ipsk12.net

Los servicios incluyen: Programas gratuitos para niños y padres desde el nacimiento hasta los 9 años; Club de corredores dominicales (3-8 años); hora del cuento; clases de música; grupo de apoyo para padres de 0 a 12 meses; Preparación para el jardín de infantes; referencias para programas de cuidado infantil/guardería.

**NFI Criando juntos Los grupos de apoyo son padres, abuelos, padres disponibles, adopción, autismo y otras poblaciones especiales y circunstancias.*

GRUPOS DE DUELO

Dimensiones de cuidado

75 Sylvan Street, Suite B-102

un Danvers, MA 01923

888-283-1722

www.caredimensions.org

**Care Dimensions ofrece consulta gratuita reuniones, así como grupos virtuales de duelo para variedad de situaciones y niveles de edad.*

RECURSOS PARA ADICCIONES

Comité de Servicio Central de AA de Eastern Mass

12 Calle Canal, Suite 604
Parque Marino Raymond L. Flynn
Boston, MA 02210
617-426-9444
www.aaboston.org

Ipswich Al-Anon

Lugar de reunión:
Iglesia Bautista
Calle central 45
Ipswich, MA 01938

equipo catorce

**El Equipo Catorce atiende a adolescentes y sus familias en el condado de Essex que enfrentan problemas de uso de sustancias. Son una iniciativa especializada de Beth Israel Lahey Health Behavioral Services.*

Centro 800 Cummings
Suite 266-T
Beverly, MA 01915
978-867-7137

Referencias pueden realizar padres, cuidadores, PCP, terapeutas, u otros proveedores preocupados por la situación de un joven uso de sustancias. Para hacer una referencia, llame al 978-867-7137.

RECURSOS LGBTQ+

Alianza de la Juventud GLBTQ de la Costa Norte (NAGLY Norte)

Ubicado en el centro comercial Witch City.
2 Plaza de la India Oriental, Suite #121
Salem, MA 01970
978-224-2102
<https://www.nagly.org/>

AANE (Asociación para el Autismo y la Neurodiversidad)

51 Calle Agua, Suite 206
Watertown, MA 02472
617-393-3824
<https://www.aane.org/>

Sayftee

3464 Calle Washington
Llanura de Jamaica, MA 02130
<https://www.sayftee.com/>

ARTÍCULOS:

Por qué son importantes los pronombres
<https://www.mypronouns.org/>

SITIOS WEB:

Espectro de género

<https://genderspectrum.org/>

ASOMBRO

<https://amaze.org/>

El proyecto Trevor

<https://www.thetrevorproject.org/get-help/>

Coalición Política Transgénero de Massachusetts (MTPC)

<https://www.masstpc.org/>

Orientación para el cambio de marcador de nombre/género:

<https://www.masstpc.org/identity-documents/>

LIBROS:

Una guía rápida y sencilla para los pronombres ellos/ellos, por Archie Bongiovanni

El libro de trabajo Gender Quest: una guía para adolescentes y adultos jóvenes que exploran la identidad de género, por Rylan Jay Testa

ASISTENCIA FINANCIERA

Ipswich Utilities trabaja con muchas organizaciones locales para brindar ayuda a las familias de la comunidad. Visite la página de asistencia financiera de Ipswich en

<https://www.ipswichma.gov/882/Financial-Assistance> para obtener información sobre los siguientes programas:

- **Acción Inc.** - asistencia con combustible, evaluaciones gratuitas de energía en el hogar, climatización, reparaciones/reemplazos de sistemas de calefacción y LiHEAP (apoyo para familias de bajos ingresos para calentar sus hogares)
- **Programa RAFT (Asistencia Residencial para Familias en Transición)** - programa de prevención de la falta de vivienda financiado por el Departamento de Vivienda y Desarrollo Comunitario para brindar asistencia financiera a corto plazo a familias en riesgo de quedarse sin hogar
- **Fondo de Energía del Buen Vecino del Ejército de Salvación** - alivio financiero único basado en los ingresos
- **Sociedad de San Vicente de Paúl** - separada de Caridades Católicas, esta organización católica ayuda a familias locales en crisis - llame al 978-992-6151 para programar una entrevista de solicitud
- **Caridades Católicas** - ayuda a familias locales en crisis: llame al 978-744-5181 para programar una entrevista

Si tiene preguntas sobre cualquiera de los programas anteriores o no está seguro de por dónde empezar, comuníquese con Action Inc. al 978-282-1000 o visítelos en línea en

<https://actioninc.org/>.

Programas de asistencia financiera adicionales:

Invertir en las personas

Contacto: Lynne

investinpeople1@gmail.com

978-704-5774

Cuidado de Ipswich

Aplicaciones disponibles en línea: www.ipswichcaring.org

**Los programas incluyen: útiles para el regreso a clases, regalos de Navidad, abrigos/botas de invierno, regalo de cumpleaños.*

tarjetas, campamento de verano, becas y (para padres) el Fondo de Empoderamiento

Fondo benéfico en memoria de Rebecca R. Gibbs

Iglesia Memorial de la Ascensión

CORREOS. Caja 547

Ipswich, MA 01938

gr-gibbs@comcast.net

978-914-4489

ASISTENCIA ALIMENTARIA

Despensa de alimentos de puerta abierta

Alturas del sur

Ipswich, MA 01938

978-283-6776

<https://www.foodpantry.org/>

¡Solicite en línea o por teléfono!

Los servicios incluyen: **Entrega gratuita de comestibles** y recogida los miércoles y jueves de 11 a. m. a 4 p. m. (en colaboración con Ipswich YMCA) Regístrate en: <https://www.foodpantry.org/order-now/>

ipswich Campana

Contacto: Dorothy Calandra

978-356-4801

dorothy@ipswichdinnerbell.org

<https://ipswichdinnerbell.org/index.html>

Los servicios incluyen:

- Proporcionar comidas comunitarias gratuitas en el área metropolitana de Ipswich todos los lunes de 5 a 6:30 p. m.
- Entrega de **comidas calientes gratis** todos los lunes por la noche en colaboración con Ipswich YMCA; póngase en contacto con Chris Bevilacqua en bevilacquac@northshoreymca.org para registrarse.

ipswich Microdespensas

"Mini" despensas de alimentos (comestibles/artículos de tocador gratuitos) en cajas de madera en dos ubicaciones: ;no es necesario presentar una solicitud!

Ubicado en: (1) Cable Gardens - 126 County Road y (2) First Church Ipswich - 1 Meetinghouse Green

Programa de comidas de verano

El Departamento de Servicio de Alimentos de Triton ha ampliado su programa de alimentos de verano a los niños de Ipswich. Triton Food Services ofrece comidas de verano a todos los niños y adolescentes (de 18 años o menos) en dos sitios en Ipswich: 1) Departamento de Servicios Públicos de Ipswich y 2) Ace Gymnastics. Los dos lugares para llevar ofrecerán desayuno y almuerzo todos los días de la semana; los viernes también se proporcionarán comidas de fin de semana. Los padres/tutores pueden recoger las comidas sin que el niño esté presente.

[Haga clic AQUÍ para obtener más información.](#)

RECURSOS COMUNITARIOS

YMCA familiar de Ipswich y campus de Rowley

Carretera del condado 110

Ipswich, MA 01938

978-356-9622

<https://www.northshoreymca.org/>

Los servicios incluyen: Membresías para familias y adolescentes disponibles; programas de verano; Campamento de liderazgo para consejeros en formación (grados 7 y 8); colaboraciones con Ipswich Open Door Food Pantry e Ipswich Dinnerbell

Ipswich desde el nacimiento hasta los tres años

Contacto: Beth al 978-471-2180 (llamada/texto) o birthto3@ipsk12.net

Los servicios incluyen: Programas gratuitos para niños y padres desde el nacimiento hasta los 9 años; Club de corredores dominicales (3-8 años); hora del cuento; clases de música; grupo de apoyo para padres de 0 a 12 meses; Preparación para el jardín de infantes; referencias para programas de cuidado infantil/guardería

Biblioteca pública de Ipswich

Calle principal 25N

Ipswich, MA 01938

978-356-6658

Los servicios incluyen: alquiler de libros y películas; tutoría de ESL; impresión gratuita y acceso a computadoras; alquiler de juegos, tecnología/hotspots, herramientas, etc.

Consejo sobre el envejecimiento de Ipswich - Centro para personas mayores

Ayuntamiento

Calle Verde 25

Ipswich, MA 01938

978-356-6650

Contacto: Sheila Taylor, directora de servicios para personas mayores

Hermanos mayores, hermanas mayores del este de Massachusetts

184 Calle Mayor, 3.er piso

Boston, MA 02110

617-542-9090

<https://emassbigs.org/>

CAMPAMENTOS DE VERANO

Programas de verano de servicios juveniles y de recreación de la ciudad de Newburyport

<https://www.cityofnewburyport.com/recreation-and-youth-services>

Vela juvenil en Ipswich

CORREOS. Caja 364

Ipswich, MA 01938

info@ipswichjuniorsailing.org

978-412-4412

<https://www.ipswichjuniorsailing.org/>

Aventuras educativas del cernícalo

CORREOS. Caja 3189

Beverly, MA 01915

jessica@kestreleducation.org

978-515-7177

<https://kestreleducation.org/>

SummerQuest en Crane Estate

Becas disponibles

290 Clay Rd

Ipswich, MA 01938

summerquest@thetrustees.org

<https://thetrustees.org/program/summerquest-at-the-crane-estate-ipswich/>

YMCA

<https://www.northshoreymca.org/programs/ipswich-rowley-ymca-camps>

Campamento Molino de cedro

390 Calle Wethersfield

Rowley, Massachusetts

978-432-2931

Michelle Martens, directora del campamento

martinsm@northshoreymca.org

o

Campamento Dory

Parque Centenario Grove

Essex, Massachusetts

978-479-4969

Blair Smith, directora del campamento

smithb@northshoreymca.org

Campamento de liderazgo para consejeros en formación de la YMCA de Ipswich (grados 7 y 8)

Póngase en contacto con Chris Bevilacqua (Ipswich YMCA) en bevilacquac@northshoreymca.org para más información.

OPORTUNIDADES DE VOLUNTARIADO

Despensa de alimentos de puerta abierta

Alturas del Sur

Ipswich, MA 01938

<https://www.foodpantry.org/>

Ipswich Campana

Contacto: Dorothy Calandra

978-356-4801

dorothy@ipswichdinnerbell.org

<https://ipswichdinnerbell.org/index.html>

Consejo sobre el envejecimiento de Ipswich - Centro para personas mayores

Ayuntamiento

Calle Verde 25

Ipswich, MA 01938

978-356-6650

Rescate de patas dulces

Dirección de envío:

CORREOS. Caja 752

Essex, MA 01929

Correo electrónico: info@sweetpawsrescue.org

<https://www.sweetpawsrescue.org/>