

COVID-19 RECURSOS



INDIVIDUOS CON TRASTORNO POR ABUSO DE SUSTANCIAS

LÍNEA DIRECTA PARA AYUDA INMEDIATA • [1-800-662-4357](tel:1-800-662-4357)

Es una línea directa las 24 horas del día, los 7 días de la semana, los 365 días del año, con profesionales capacitados que se mantienen al teléfono con la persona que llama hasta que se identifique un proveedor de tratamiento con citas disponibles. Además de la línea directa, hay disponibles opciones de texto y chat. Texto: [717-216-0905](tel:717-216-0905) • Chat: bit.ly/GHNchatline

REUNIONES DE RECUPERACIÓN EN LÍNEA

Muchas organizaciones ofrecen reuniones en línea mientras se recomienda el distanciamiento social.

- Foro de Reuniones de 12 Pasos de AA [en línea](#).
- Reuniones de Alcohólicos Anónimos [reuniones en línea](#).
- Reuniones anónimas para individuos con [Dolor Crónico](#).
- [Reuniones](#) anónimas sobre uso de cocaína por teléfono o correo electrónico.
- [Reuniones en línea](#) de LifeRing Secular Recovery.
- [Reuniones en línea](#) de Narcóticos Anónimos.
- Pro-A - Listado de [reuniones de recuperación en línea](#).
- Recintos Universitarios SEGUROS - [Reuniones](#) de la Academia de Liderazgo de Recuperación en Colegios.
- [Recursos de recuperación virtual](#) de SAMHSA.
- [Reuniones y foros diarios en línea](#) de SMART Recovery.
- [Reuniones diarias en línea](#) de Unity Recovery.

COVID-19 RECURSOS



INDIVIDUOS CON TRASTORNO POR ABUSO DE SUSTANCIAS

OTROS RECURSOS EN LÍNEA

- [RecoveryLink](#): Reuniones diarias de recuperación, actividades físicas, meditaciones y más a través de su teléfono inteligente o computadora.
- [Connections Mobile App](#): La aplicación Addiction Policy Forum te ayudará a conectarte con asesores y pares capacitados, terapia remota y más.
- [WEconnect app](#): Ayuda para mantenerse activo en la recuperación.

MANERAS DE APOYARTE A TI MISMO(A)

Hacer frente al estrés te hará a ti, a las personas importantes para ti y a tu comunidad más fuerte. Pruebe estos consejos de los [CDC](#):

