

RECURSOS DE SALUD MENTAL PARA PERSONAS CON DISCAPACIDADES

ORGANIZACIONES PARA CONECTAR CON TERAPIA Y SOPORTE

Departamento de Salud Conductual y Discapacidades del Desarrollo de Georgia (DBHDD)

Proporciona tratamiento y soporte para personas con desafíos de salud conductual y enfermedades adictivas. También asisten a individuales que viven con discapacidades del desarrollo.

<https://dbhdd.georgia.gov/>

Oficina de Defensa de Georgia (GAO)

La agencia de Georgia de protección y defensa de la discapacidad ayuda a personas con discapacidades en Georgia a ampliar y proteger sus derechos, incluyendo soportando grupos de autodefensa y asistencia legal.

www.thegao.org

Centro de recursos para el envejecimiento y la discapacidad de Georgia (ADRC)

Principales puntos de acceso para apoyos y servicios para adultos mayores y personas con discapacidades, incluyendo atención médica domiciliaria y tecnología de asistencia.

www.georgiaadrc.com

disABILITY Link

Una organización liderar por y para personas con discapacidades, promoviendo participación entera en la vida de comunidad, y promoviendo la elección y advocating por los derechos humanos.

www.disabilitylink.org

Padre a Padre de Georgia

Ofrece una variedad de servicios para familias de Georgia impactadas por discapacidades o necesidades especialmente de atención médica.

www.p2pga.org

Alianza Nacional sobre Enfermedades Mentales (NAMI) – Personas con Discapacidades

Proporciona soporte y recursos para personas con discapacidades y sus familias.

www.nami.org/Your-Journey/Identity-and-Cultural-Dimensions/People-with-Disabilities

Gente muy especial (ESP)

Crea experiencias transformadoras para personas con discapacidades y sus familias, cambiando las comunidades para lo mejor.

www.espyouandme.org

InCommunity

Una agencia sin fines de lucro que proporciona servicios comunitarios y soporte para personas con discapacidades de desarrollo y sus familias.

www.incommunityga.org

“Solo” personas Inc.

Una organización sin fines de lucro que proporciona servicios de soporte para adultos con discapacidades de desarrollo, enfermedades mentales, y lesiones en la cabeza.

www.justpeople.org

The Arc

Promueve y protege los derechos humanos de personas con discapacidades intelectuales y del desarrollo, soportando su inclusión total y participación en la comunidad.

www.thearc.org

— RECURSOS ADICIONALES —

Estos recursos adicionales ofrecen soporte para los individuales en mejorando su salud mental y su bienestar general.

The Self-Love Workbook for People with Disabilities (Manual de amor propio para personas con discapacidad)

by Shainna Ali

Un manual designado para ayudar a desarrollar la autoestima y la confianza con ejercicios y reflexiones practicables.

The Ability Hacks: A Guide to Accessibility (Trucos para la accesibilidad: una guía para la accesibilidad)

by Jen Strickland

Ofrece consejos y estrategias practicables para mejorar accesibilidad en varios aspectos de la vida, haciendo actividades de todos los días mas manejable para personas con discapacidades.

InnerHour App

Una aplicación proporcionando herramientas de autoayuda, ejercicios de terapia, y seguimiento del estado de ánimo para soportar la salud mental, con recursos adaptados para personas con discapacidades.

Bridges to Understanding: Helping Families Reach Their Full Potential (Puentes hacia la comprensión: ayudar a las familias a alcanzar su máximo potencial)

Un grupo de intercambio y apoyo que fue creado para proporcionar apoyo para familias de hijos con discapacidades del desarrollo neurológico (como autismo, ADHD, parálisis cerebral, discapacidades intelectuales y de aprendizaje) en la área East Cobb/Metro Atlanta

<https://bridgestounderstandingga.org/>

LIBROS QUE RECOMENDAMOS —

We've Got This: Essays by Disabled Parents (Lo tenemos: Ensayos de padres con discapacidad)

Eliza Hull

Year of the Tiger: An Activist's Life (El año del tigre: la vida de un activista)

Alice Wong

Being Heumann: An Unrepentant Memoir of a Disability Rights Activist (Siendo Heumann: Memorias impenitentes de un activista por los derechos de las personas con discapacidad)

Judith Heumann and Kristen Joiner

Demystifying Disability: What to Know, What to Say, and How to Be an Ally (Desmitificando la discapacidad: Qué sabemos, qué decimos y cómo ser un aliado)

Emily Ladau

The Pretty One: On Life, Pop Culture, Disability, and Other Reasons to Fall in Love with Me (La Bonita: sobre la vida, la cultura pop, la discapacidad y otras razones para enamorarte de mí)

Keah Brown

Crip Kinship: The Disability Justice & Art Activism of Sins Invalid (Crip Kinship: La invalidez de la justicia y el activismo artístico de los pecados no es válida.)

Shayda Kafai

— PLATAFORMAS DE REDES SOCIALES —

Las redes sociales son un lugar donde puedes ser inspirado, quedarte informado sobre problemas sociales y soportar a artistas y negocios chicos.

Siga las siguientes cuentas de redes sociales:

Crutches and Spice	@Imani_Barbarin
Haben Girma	@HebenGirma
Moly Burke	@MollyBOfficial
TDisabilityTogether	@DiabilityTog
Disability Parenting	@DisabilityParent
The Mighty	@TheMightSite
AbleThrive	@AbleThrive
Easterseals	@Easter_Seals
Disabled World	@DisabledWorld

Opciones de atención de salud mental de bajo costo

Cumberland Counseling Centers

<https://cumberlandcenters.org/>

Georgia HOPE

<https://gahope.org/>