



# IDEA STUDENT AND FAMILY SUPPORT LINE

IDEA Public Schools knows that social / emotional support and resources are especially important during times of uncertainty. Even though IDEA's schools are closed, we are committed to providing a direct line of support to our students and their families during this difficult time. Our support lines will provide assistance to our IDEA families, regardless of circumstances.

## Examples of requests for social / emotional support include:

- Navigating and accessing community resources (food, shelter, physical needs, unemployment, utilities)
- Referrals for mental health services
- Connecting with our school Academic Counselors and/or Social workers

## WAYS TO REQUEST SUPPORT –

**FOR IMMEDIATE CRISES OR EMERGENCIES: PLEASE CALL 9-1-1 – 24/7**

## IDEA SUPPORT AND RESOURCES

### ▶ CONTACT YOUR CAMPUS ACADEMIC COUNSELOR/OR CAMPUS SOCIAL WORKER BY PHONE, EMAIL, OR REMIND.

Monday – Friday, 7:30 AM – 4:00 PM

Requests made after 4:00 PM will be answered within 24 hours.

### ▶ CONTACT IDEA'S SUPPORT REQUEST LINE AT 1-855-906-0144

Calls are answered by IDEA support staff Monday – Friday between 7:30 AM and 6:00 PM.

Calls after 6:00 PM and/or on weekends will be answered the next business day.

## 24/7 NATIONAL AND LOCAL SUPPORT

### ▶ NATIONAL SUICIDE PREVENTION LIFELINE AT 1-800-273-TALK (8255)

### ▶ CRISIS TEXT LINE IS AVAILABLE FOR FREE, BY TEXTING HOME TO 741741

### ▶ DISASTER DISTRESS HELPLINE

Call **1-800-985-5990** or text TalkWithUs to 66746. The Disaster Distress Helpline (DDH) provides crisis counseling and support for anyone in the U.S. experiencing distress or other behavioral health concerns related to any natural or human-caused disaster, including public health emergencies.

### ▶ CRISIS TEXT LINE

Text MHA to 741741 and you'll be connected to a trained Crisis Counselor. Crisis Text Line provides free, text-based support 24/7.

### ▶ THE TREVOR PROJECT

Call **1-866-488-7386** or text START to 678678. A national 24-hour, toll free confidential suicide hotline for LGBTQ youth.

### ▶ **DIAL 2-1-1**

If you need assistance finding food, paying for housing bills, accessing free childcare, or other essential services, visit 211.org or dial 211 to speak to someone who can help. Run by the United Way.

### ▶ NATIONAL DOMESTIC VIOLENCE HOTLINE

For any victims and survivors who need support, call **1-800-799-7233** or **1-800-799-7233** for TTY, or if you're unable to speak safely, you can log onto thehotline.org or text LOVEIS to 22522.

## 24/7 ONLINE SUPPORT

### ▶ **BETTER HEALTH E-COUNSELING PLATFORM**

▶ [Better Help](#)

### ▶ **CDC**

▶ [Mental Health and Coping During COVID-19](#)

### ▶ **THE JED FOUNDATION**

▶ [Tips for Self-Care and Managing Stress](#)

### ▶ **SUBSTANCE ABUSE AND MENTAL HEALTH SERVICES ADMINISTRATION (SAMHSA)**

▶ [Coronavir \(COV-19\) Resources](#)

### ▶ **THE NATIONAL CHILD TRAUMATIC STRESS NETWORK**

▶ [Parent/Caregiver Guide to Helping Families Cope with the Coronavirus Disease 2019](#) (English, Spanish, and Chinese versions available).

# LÍNEA DE APOYO ESTUDIANTIL Y FAMILIAR DE IDEA

IDEA Public Schools sabe que el apoyo social/emocional y los recursos son especialmente importantes en tiempos de incertidumbre. A pesar de que las escuelas de IDEA están cerradas, estamos comprometidos a proporcionar una línea directa de apoyo a nuestros estudiantes y sus familias durante este momento difícil. Nuestras líneas de apoyo brindarán asistencia a nuestras familias de IDEA, independientemente de las circunstancias.

Los ejemplos de solicitudes de apoyo social/emocional incluyen:

- Navegar y acceder a los recursos de la comunidad (alimentos, vivienda, necesidades físicas, desempleo, servicios públicos)
- Referencias para servicios de salud mental.
- Conexión con nuestros consejeros académicos y/o trabajadores sociales de nuestra escuela.

## FORMAS DE SOLICITAR ASISTENCIA –

**PARA CRISIS O EMERGENCIAS INMEDIATAS: LLAME AL 9-1-1 – 24/7**

## APOYO Y RECURSOS DE IDEA

### ▶ COMUNÍQUESE CON EL CONSEJERO ACADÉMICO O EL TRABAJADOR SOCIAL DEL CAMPUS POR TELÉFONO, CORREO ELECTRÓNICO O LA APLICACIÓN REMIND.

Lunes a viernes de 7:30 am a 4 pm. Las solicitudes hechas después de las 4:00 pm serán respondidas dentro de 24 horas.

### ▶ COMUNÍQUESE CON LA LÍNEA DE SOLICITUD DE SOPORTE DE IDEA AL 1-855-906-0144

El personal de apoyo de IDEA contesta las llamadas de lunes a viernes de 7:30 am a 6:00 pm Las llamadas después de las 6:00 pm y/o los fines de semana serán respondidas el siguiente día hábil.

## 24/7 APOYO NACIONAL Y LOCAL

### ▶ LÍNEA NACIONAL PARA LA PREVENCIÓN DEL SUICIDIO 1-800-273-TALK (8255)

### ▶ CRISIS TEXT LINE ESTÁ DISPONIBLE DE FORMA GRATUITA, ENVIANDO MENSAJES DE TEXTO CON LA PALABRA HOME AL 741741

### ▶ LA LÍNEA DE AYUDA PARA CASOS DE DESASTRE

Llame al **1-800-985-5990** o mande un mensaje de texto TalkWithUs al 66746. La Línea de ayuda para casos de desastre (DDH) brinda asesoramiento y apoyo en caso de crisis a cualquier persona en los Estados Unidos que experimente problemas de ansiedad u otros problemas de salud conductual relacionados con cualquier desastre natural o causado por el hombre, incluidas las emergencias de salud pública.

### ▶ CRISIS TEXT LINE

Text MHA to 741741 and you'll be connected to a trained Crisis Counselor. Crisis Text Line provides free, text-based support 24/7. Envía un mensaje de texto con la palabra MHA al 741741 y estarás conectado con un consejero de crisis capacitado. Crisis Text Line ofrece soporte gratuito basado en mensajes de texto las 24 horas, los 7 días de la semana.

### ▶ EL PROYECTO TREVOR

Llame al 1-866-488-7386 o mande un mensaje de texto con la palabra START al 678678. Una línea telefónica nacional de suicidio confidencial gratuita las 24 horas para jóvenes LGBTQ

### ▶ LLAME AL 2-1-1

Si necesita ayuda para encontrar alimentos, pagar las facturas de vivienda, acceder a cuidado infantil gratuito u otros servicios esenciales, visite 211.org o marque al 211 para hablar con alguien que pueda ayudarlo. Dirigido por United Way.

### ▶ LÍNEA NACIONAL DE VIOLENCIA DOMÉSTICA

Para cualquier víctima y sobreviviente que necesite apoyo, llame al 1-800-799-7233 o al 1-800-799-7233 para TTY, o si no puede hablar de forma segura, puede iniciar una sesión en thehotline.org o enviar un mensaje de texto con la palabra LOVEIS al 22522.

## 24/7 ONLINE SUPPORT

### ▶ PLATAFORMA DE ASESORAMIENTO ELECTRÓNICO SOBRE SALUD:

▶ [Better Help](#)

### ▶ CDC

▶ [Mental Health and Coping During COVID-19](#)

### ▶ LA FUNDACIÓN JED

▶ [Tips for Self-Care and Managing Stress](#)

### ▶ SUBSTANCE ABUSE AND MENTAL HEALTH SERVICES ADMINISTRATION (SAMHSA)

▶ [Coronavir \(COV-19\) Resources](#)

### ▶ THE NATIONAL CHILD TRAUMATIC STRESS NETWORK

▶ [Parent/Caregiver Guide to Helping Families Cope with the Coronavirus Disease 2019](#) (Versiones en inglés, español y chino disponibles).