



# Philly HopeLine

**833-PHL-HOPE**

**(833-745-4673)**

**PHLHope@UpliftPhilly.org**

Philly HopeLine de Uplift es una línea de ayuda gratuita y confidencial atendida por nuestros profesionales/clínicos de nivel de maestría. La línea Philly HopeLine está disponible a todos los jóvenes y cuidadores de la región de Filadelfia.

## Calendario 2024

Los profesionales de Uplift, incluido el personal que se identifica a sí mismo como hispanohablante o LGBTQIA+, están disponibles durante todo el año. Philly HopeLine de Uplift también incluye un servicio de interpretación para más de 100 idiomas.

<b>Lunes – Jueves</b>	10 a.m.– 7 p.m.
<b>Viernes</b>	1 p.m.– 4 p.m.
<b>Días festivos</b>	<b>CERRADO</b>

## Fechas cerradas en 2024

Nuestra línea Philly HopeLine está cerrada todos los días festivos federales y los cierres de las oficinas de Uplift, incluidos los viernes de junio a agosto. Los mensajes dejados durante los cierres son devueltos rápidamente por los profesionales y clínicos de Uplift.

1 y 15 de <b>enero</b>	2, 9, 16, 23 y 30 de <b>agosto</b>
19 de <b>febrero</b>	2 de <b>septiembre</b>
27 de <b>mayo</b>	14 de <b>octubre</b>
14, 19, 21 y 28 de <b>junio</b>	11, 28 y 29 de <b>noviembre</b>
1 a 5, 12, 19 y 26 de <b>julio</b>	24 a 31 de <b>diciembre</b>

## Acerca de Uplift

Uplift Centro Para Niños en Duelo ofrece **grupos de duelo gratuitos** que están dirigidos por profesionales de nivel de maestría que brindan apoyo centrado en el trauma y su recuperación. Los grupos permiten que los jóvenes y las familias expresen su dolor a través de discusiones, sin prejuicios, con actividades creativas, técnicas de relajación de puesta a tierra (grounding), y otras formas de apoyo terapéutico. **Todos los servicios de duelo son gratuitos para los jóvenes y las familias**, independientemente de su estatus migratorio, y no requieren seguro.

## Nuestra Misión

Uplift Centro Para Niños en Duelo ayuda a los niños en duelo a sanar y crecer a través de su duelo, al tiempo que fortalece la comprensión de las familias, las comunidades y los profesionales, respondiendo de la mejor manera a sus necesidades.

## Cómo Inscribirse

Philly HopeLine de Uplift es un punto de conexión para que los jóvenes y las familias se inscriban en grupos de duelo, reciban apoyo emocional o de duelo, y se conecten con recursos comunitarios. Los proveedores de servicios pueden llamar para hacer referencias. Marque **833-PHL-HOPE** para hablar con un profesional de Uplift.

## Uplift Center for Grieving Children

Oficina: 267-437-3123

Philly HopeLine: 833-745-4673

    @upliftcenter

**www.UpliftPhilly.org**

# Servicios centrados en la sanación para niños, adolescentes y sus cuidadores



**SERVICIOS DE DUELO Y DEL PHILLY HOPELINE CON CALENDARIO PARA 2024**

# Servicios de Uplift

Todos los grupos de duelo están dirigidos por un profesional o clínico de Uplift, con nivel de maestría, y pueden incluir voluntarios capacitados o pasantes clínicos.



## Grupos en las escuelas

Uplift lleva a cabo grupos de duelo de apoyo entre pares para jóvenes en los grados K-12 en escuelas asociadas en Filadelfia, incluidas las escuelas públicas operadas por el Distrito Escolar de Filadelfia, escuelas chárteres, privadas y religiosas.

Todos los grupos de duelo en la escuela se llevan a cabo en asociación con consejeros y/o trabajadores sociales escolares. Los estudiantes se colocan en grupos con compañeros de la misma edad de desarrollo. Los grupos tienen una duración de seis semanas, una hora a la semana, durante la jornada escolar.



## Grupos de duelo familiar

Los grupos de duelo de Servicios Familiares se llevan a cabo al final de la tarde o temprano en la noche. Los grupos se llevan a cabo virtualmente a través de Zoom y en persona.

Uplift ofrece grupos de duelo para niños y adolescentes que se dividen por niveles de desarrollo, así como grupos de duelo para cuidadores adultos quienes apoyan a un niño en duelo. Los grupos se llevan a cabo cada semana, por una hora, durante cinco semanas. Estos grupos se ofrecen todos los años, de septiembre a mayo. Las familias participantes provienen de toda la región.

## Servicios Especializados

(Se ofrece en determinadas épocas del año)



**Grupos de Duelo en Español** se llevan a cabo como grupos de duelo en la escuela y también como grupos familiares para niños de habla hispana. En estos grupos, los niños asisten junto con sus cuidadores, por las noches, por medio de Zoom.



**Los grupos LGBTQIA+** son para que los jóvenes en duelo también exploren las pérdidas asociadas con ser LGBTQIA+. Los adolescentes más jóvenes (de 11 a 13 años) asisten a **Free To Be Me With You (Ser yo contigo)**, con un adulto de confianza, mientras que los adolescentes mayores (de 14 a 18 años) se reúnen virtualmente con sus compañeros/as/es.



**Creando Resiliencia para Familias en Duelo** ofrece herramientas comprobadas para ayudar a los cuidadores/padres a como apoyar y enriquecer las relaciones con sus hijos en duelo. El grupo tiene una duración de 10 semanas.



Uplift puede ofrecer un **Grupo de Duelo de Legado** para los estudiantes más afectados por la muerte de otro estudiante o miembro del personal de una escuela asociada.



**La capacitación y el desarrollo profesional** se brindan a profesionales dentro y fuera de la ciudad de Filadelfia para equipar maestros, consejeros, trabajadores sociales y terapeutas para comprender mejor el duelo y el trauma y para apoyar a los niños en duelo.

# Directorio

## Emergencias de Salud Mental

Llame o envíe un mensaje de texto al 988, opera 24/7

## No-Emergencias Apoyo de Salud Mental

NAMI Philadelphia Warm-Line:  
1-855-507-9276

## Niños y adolescentes menores de 18 años

**PATH Centro de atención de urgencia para niños**  
215-728-4651

**Philadelphia Children's Crisis Response Center**  
866-375-5892

**Philadelphia's Mobile Crisis Team**  
215-685-6440

**The Trevor Project**  
866-488-7386

## Adultos 18+

**National Crisis Text Line**  
Envíe el mensaje de texto <AYUDA> al 741741

**Philadelphia's Mental Health Delegate Line**  
215-685-6440

## Centros de Respuesta a Crisis en Filadelfia:

**El norte de Filadelfia, Logan**  
Einstein Centro Médico:  
215-951-8300

**Centro de la ciudad**  
Pennsylvania Hospital:  
215-829-5433

**El noreste de Filadelfia**  
Friends Hospital Crisis  
Response Center:  
215-831-2600

**El oeste de Filadelfia**  
Penn Emergency Medicine  
HUP - Cedar:  
215-748-9525

**El norte de Filadelfia**  
Temple/Episcopal:  
215-707-2577