

## Recursos para conectar con la comunidad

Atender algo más que los problemas médicos pueden conducir a una vida más feliz y saludable. Usted nos compartió que tiene necesidades que, por lo general, no se atienden en el ámbito médico. Queremos ayudar. A continuación, se enumeran los recursos que pueden ayudarle con esas necesidades. Si no ve algún recurso que sea adecuado para usted o desea hablar sobre necesidades adicionales, comuníquese con Western Colorado 2-1-1 (llame al 211), un centro de derivaciones y recursos gratuitos y confidenciales.

### Aspen City of Wellbeing - Salud mental y bienestar

**Teléfono:** 970-618-5836

**Web:** <http://www.aspencityofwellbeing.org>

**Dirección:** 500 West Francis Street Aspen, CO 81612

**Idiomas:** inglés y español

**Horario de atención:** lunes a viernes (8am a 6pm)

**Tipos de cuotas:** sí, llame para solicitar más información.

**Elegibilidad:** abierto para todos

**Proceso de admisión:** llame o conéctese a internet para solicitar información sobre eventos locales y para inscribirse en los distintos programas que se ofrecen.

**Servicios:** Aspen City of Wellbeing apoya a empleadores locales, organizaciones sin fines de lucro, escuelas y otras organizaciones con consulta, evaluación, diseño e implementación de programas de bienestar que crean una mejora mensurable para los participantes.

### Aspen Recreation Center

**Teléfono:** 970-544-4100

**Web:** <https://www.aspenrecreation.com/>

**Dirección:** 0861 Maroon Creek Rd, Aspen, CO 81611

**Idiomas:** inglés y español

**Horario de atención:** lunes a viernes (6am-9pm), sábado (9am-8pm) y domingo (11am-6 pm)

**Tipos de cuotas:** sí, llame para solicitar detalles.

**Elegibilidad:** para todas las edades

**Proceso de admisión:** llame, visite o llene el formulario en línea en el sitio web de la agencia.

**Servicios:** deportes y actividades, centro recreativo, centro de deportes sobre hielo, parques, senderos y espacios abiertos.

### Pitkin County Senior Services – Centro de adultos mayores - Acondicionamiento físico y bienestar - Aspen

**Teléfono:** 970-920-5432

**Web:** <https://www.pitkinseniors.com/>

**Dirección:** 0275 Castle Creek Rd. Aspen, CO 81611

**Idiomas:** inglés y español

**Horario de atención:** lunes a viernes (8:30am a 4:30pm)



**Tipos de cuotas:** sí, llame para solicitar detalles.

**Proceso de admisión:** llame, visite o llene el formulario en línea.

**Servicios:** acondicionamiento físico y bienestar, almuerzo, transporte y numerosos eventos.

#### **Biblioteca de Aspen**

**Teléfono:** 970-429-1900

**Web:** <https://pitcolib.org>

**Dirección:** 120 N Mill St, Aspen, CO 81611

**Idiomas:** inglés y español

**Horario de atención:** lunes a jueves (9am a 8pm), viernes y sábado (9am a 6pm) y domingo (12pm a 6pm)

**Tipos de cuotas:** llame para solicitar informes.

**Elegibilidad:** para todas las edades

#### **Biblioteca de Basalt**

**Teléfono:** 970-927-4311

**Web:** <https://www.basaltlibrary.org>

**Dirección:** 14 Midland Ave, Basalt, CO 81621

**Idiomas:** inglés y español

**Horario de atención:** lunes a jueves (10am a 7pm), viernes y sábado (10am a 5pm) y domingo (12pm a 5pm)

**Tipos de cuotas:** llame para solicitar informes.

**Elegibilidad:** para todas las edades

#### **Carbondale Parks & Recreation Center**

**Teléfono:** 970-510-1292

**Web:** <https://www.basaltlibrary.org>

**Dirección:** 567 Colorado Ave, Carbondale, CO 81623

**Idiomas:** inglés

**Horario de atención:** lunes a viernes (6am a 9pm), sábado (8am a 5pm) y domingo (10am a 5pm). El horario varía en el verano y el invierno.

**Tipos de cuotas:** llame para solicitar informes.

**Elegibilidad:** para todas las edades

#### **Biblioteca de Carbondale**

**Teléfono:** 970-963-2889

**Web:** <https://www.gcpld.org/about-us/branches/carbondale-branch-library>

**Dirección:** 320 Sopris Ave, Carbondale, CO 81623

**Idiomas:** inglés y español

**Horario de atención:** lunes, martes y jueves (11am a 6pm), miércoles (11am a 7pm) y sábado (1pm a 5pm)



**Tipos de cuotas:** llame para solicitar informes.

**Elegibilidad:** para todas las edades

### **Glenwood Springs Parks & Recreation**

**Teléfono:** 970-384-6301

**Web:** <http://www.glenwoodrec.com/>

**Dirección:** 100 Wulfsohn Rd, Glenwood Springs, CO 81601

**Idiomas:** inglés y español

**Horario de atención:** lunes a viernes (6am a 9pm), sábado (9am a 5pm) y domingo (11am a 5pm)

**Tipos de cuotas:** llame para solicitar informes.

**Elegibilidad:** para todas las edades

**Proceso de admisión:** llame, visite o llene el formulario en línea.

### **Biblioteca de Glenwood Springs**

**Teléfono:** 970-945-5958

**Web:** <https://www.gcpld.org/about-us/branches/glenwood-springs-branch-library>

**Dirección:** 815 Cooper Ave, Glenwood Springs, CO 81601.

**Idiomas:** inglés y español

**Horario de atención:** lunes, martes y jueves (11am a 6pm), miércoles (11am a 7pm) y sábado (1pm a 5pm)

**Tipos de cuotas:** llame para solicitar informes.

**Elegibilidad:** para todas las edades

**Proceso de admisión:** llame, visite o llene el formulario en línea.

Estas son otras que podría considerar:

- Oportunidades para trabajar como voluntario
- Comunidades religiosas
- Hablar con amigos o familiares en los que confía
- Participar en eventos comunitarios

¿Necesita otras ideas? No dude en llamar a Western Colorado 211 (sólo marque 211 y le ayudaremos). Para quienes necesitan otros apoyos, a continuación se presenta una lista de recursos de salud mental y bienestar.

### **Mind Springs Health - Servicios de salud mental**

**Teléfono:** -920-5555 (Aspen), 970-945-2583 (Glenwood Springs)/ 888-207- 4004 (línea de apoyo para crisis)

**Web:** <http://www.mindspringshealth.org>

**Dirección:** 0405 Castle Creek Road, Suite 207 Aspen, CO 81611

6916 Highway 82 Glenwood Springs, CO 81601

**Idiomas:** inglés y español

**Horario de atención:** Administración: lunes a viernes (8am a 5pm)



**Tipos de cuotas:** sí, llame para solicitar más información.

**Elegibilidad:** abierto a todas las edades.

**Proceso de admisión:** llame o visite el sitio web para obtener información.

**Servicios:** todo el espectro de servicios de salud mental, asesoramiento para adultos mayores.

### **Alpine Springs Counseling Center**

**Teléfono:** 888-215-8940 / 970-945-7858

**Web:** <http://www.alpinespringscounseling.com/>

**Dirección:** 319 14th St, Glenwood Springs, CO 81601

**Idiomas:** inglés y español

**Horario de atención:** lunes a viernes (9am a 12pm / 2pm a 8pm), sábado y domingo (9am a 12pm)

**Elegibilidad:** abierto para todos; se aceptan clientes para tratamiento decretado por orden judicial.

**Servicios:** asesoramiento para violencia doméstica.

### **Compass Counseling & Evaluation - Servicios de salud mental**

**Teléfono:** 970-945-9841

**Web:** <http://www.compasscounselingevaluation.com>

**Dirección:** 1517 Blake Ave #203 Glenwood Springs, CO 81601

**Idiomas:** inglés

**Horario de atención:** Administración: lunes a viernes (8am a 5pm)

**Tipos de cuotas:** sí, llame para solicitar más información.

**Elegibilidad:** abierto para todos

**Proceso de admisión:** los formularios de admisión están disponibles en el sitio web.

**Servicios:** se ofrecen servicios de asesoría en salud mental.

### **Equitación terapéutica - Centro de terapia ecuestre asistida y aprendizaje Windwalkers**

**Teléfono:** 970-963-2909

**Web:** <http://www.windwalkerstrc.org>

**Dirección:** 1030 County Road 102 Carbondale, CO 81623

**Idiomas:** inglés

**Horario de atención:** Administración: lunes a viernes (8am a 5pm)

**Tipos de cuotas:** sí, llame para solicitar informes sobre las cuotas vigentes.

**Elegibilidad:** niños y adultos que viven con una discapacidad y sus familias.

**Proceso de admisión:** se llena un formulario de registro.

**Servicios:** Las actividades a caballo tratan positivamente una amplia variedad de afecciones: físicas, emocionales, conductuales, sociales y educativas.

Servicios de tratamiento, Pitkin County-Mind Springs Health

**YouthZone - Mentoría y asesoramiento para jóvenes y sus familias**

**Teléfono:** 970-920-5702 (Aspen), 970-945-9300 (Glenwood Springs)

**Web:** <http://www.youthzone.com>

**Dirección:** 506 E Main St #203, Aspen, CO 81611  
803 School Street Glenwood Springs, CO 81601

**Idiomas:** inglés y español

**Horario de atención:** Administración: lunes a jueves (8:30 a.m. a 6 p.m.)

**Tipos de cuotas:** sí, llame para solicitar detalles.

**Elegibilidad:** para niños y jóvenes de entre 6 y 18 años y sus familias

**Proceso de admisión:** llame, visite o llene el formulario en línea en el sitio web de la agencia para programar una cita.

**Servicios:** Asesoramos a los jóvenes para que sean miembros responsables de la sociedad.

**Aspen Hope Center**

**Línea de esperanza las 24 horas:** 970-925-5858

**Web:** <https://www.aspenhopecenter.org/>

**Dirección:** 1460 E Valley Rd, Basalt, CO 81621

**Idiomas:** inglés y español

**Horario de atención:** Administración: lunes a viernes (8 a.m. a 5 p.m.)

**Tipos de cuotas:** sí, llame para solicitar detalles.

**Elegibilidad:** para todas las edades

**Proceso de admisión:** llame, visite o llene el formulario en línea en el sitio web de la agencia para programar una cita.

**Servicios:** asesoramiento individual, intervención en casos de crisis y programa individual para pacientes ambulatorios, información y derivaciones, y colaboración con la comunidad.

**Aspen Strong**

**Correo electrónico:** [info@aspenstrong.org](mailto:info@aspenstrong.org)

**Web:** <http://aspenstrong.org>

**Dirección:** 135 W Main St I, Aspen, CO 81611

**Idiomas:** inglés y español

**Horario de atención:** El acceso a los recursos en línea está disponible las 24 horas del día, los siete días de la semana. Apoyo de Administración, lunes a viernes (8 a.m. a 5 p.m.)

**Tipos de cuotas:** la utilización de los recursos en línea es gratis.

**Elegibilidad:** para todas las edades

**Proceso de admisión:** N/A

**Servicios:** Promover la higiene mental y conectar los recursos de salud mental. Aspen Strong no proporciona servicios directos de asesoramiento, pero trabaja para conectar a individuos y organizaciones con el servicio de salud mental disponible en Roaring Fork Valley.