

RECURSOS COMUNITARIOS—SUD

El bienestar comienza con la satisfacción de las necesidades básicas de una persona. Abordar esas necesidades básicas puede conducir a una vida más feliz y saludable. En las siguientes páginas se encuentran los recursos que pueden ayudarle con esas necesidades. Si no ve un recurso adecuado para usted o si desea hablar sobre las necesidades adicionales que pueda tener, comuníquese con Western Colorado 2-1-1 (llame al 211), un centro de referencia, para obtener recursos gratuitos y confidenciales.

Tabla de contenido:

1. Recursos para establecer grupos - Páginas 2-4
2. Habilidades de recuperación temprana y prevención de recaídas - Página 5
3. Centros de tratamiento - Desintoxicación, residenciales, comunidades de vida sobria y ambulatorios - Páginas 6-9
4. Recursos para hacer ejercicio - Página 10

RECURSOS COMUNITARIOS—SUD

Recursos para establecer grupos:

Reuniones de Narcóticos Anónimos: na.org

Craig:

- Iglesia Bautista del Calvario: 1050 Yampa Avenue, Craig—martes a las 6:00 p.m., formato abierto; Domingos a las 5:00pm, formato cerrado.

Steamboat:

- 437 Club – 437 Oak Street (970-879-4882 #2) - los jueves a las 6:45 p.m., sábados a las 5:30, miércoles a las 7:00 p.m., lunes, martes, viernes y domingos a las 5:30 p.m.
- Iglesia Metodista Unida – 736 Oak Street el martes a las 7:00 p.m. (estudio viviendo limpio y hombres *el formato varía)

Celebre la recuperación

Programa de 12 Pasos Centrado en el cristianismo

Reuniones por Zoom a través del sitio web: <https://www.celebraterecovery.com/>

Craig:

Primera Iglesia Bautista - 1150 W. Ninth St. – viernes a las 7:00 pm; Contacto: Ed Brown 970-620-6300

AL-ANON

Reuniones en línea: <https://al-anon-co.org/meetings/>

Steamboat: 970-367-3379

Día	Hora	Tipo	Ubicación
Lunes	12:00 p.m.	Al-anon	437 Oak Street y en Zoom
Miércoles	12:00 p.m.	Al-anon	437 Oak Street y en Zoom
Viernes	12:00 p.m.	Al-anon	437 Oak Street y en Zoom
Sábado	10:00 a.m.	Al-anon	437 Oak Street y en Zoom

RECURSOS COMUNITARIOS—SUD

Recursos para establecer grupos (continuación):

Encuentros Alcohólicos Anónimos en Steamboat Springs:

AlcoholicosAnonimos.com/aa-meetings/colorado/steamboat-springs/ o steamboataa.org/

Día	Hora	Tipo	Ubicación
Lunes	7:00 a.m.	Abierto—Discusión	437 Oak Street
Lunes	5:30 p.m.	Grupo de Mujeres	755 Concordia Ln. & Online
Lunes	7:00 p.m.	Abierto: reunión de hombres	437 Oak Street y en línea
Martes	12:00 p.m.	Abierto—Discusión	437 Oak Street
Martes	7:00 p.m.	Abierto: recién llegados	437 Oak Street y en línea
Miércoles	5:30 p.m.	Abierto—Discusión	437 Oak Street y en línea
Jueves	12:00 p.m.	Abierto—Discusión	437 Oak Street y en línea
Jueves	5:30 p.m.	Abierto: Libro Grande	437 Oak Street y en línea
Jueves	8:00 p.m.	Abierto—Discusión	437 Oak Street y en línea
Viernes	9:00 a.m.	Abierto—Discusión	437 Oak Street y en línea
Viernes	5:45 p.m.	Abierto: altavoz	Escuela Emerald Mtn. (818 Oak St.)
Sábado	7:00 p.m.	Abierto: altavoz	437 Oak Street y en línea
Domingo	9:00 a.m.	Abierto: reunión	437 Oak Street y en línea
Domingo	7:00 p.m.	Abierto: reunión	437 Oak Street y en línea

Encuentros Alcohólicos Anónimos en Craig: <https://alcoholicsanonymous.com/aa-meetings/colorado/craig/>

Día	Hora	Tipo	Ubicación
Domingo	1:00 p.m.	Reunión abierta	630 Green Street
Martes	7:00 p.m.	Reunión a puerta cerrada	630 Green Street
Miércoles	12:00 p.m.	Abierto: Femenino	630 Green Street
Miércoles	7:00 p.m.	Abierto: Libro Grande 12-12	1050 Yampa Ave. y en línea
Jueves	6:00 p.m.	Reunión abierta	630 Green Street
Viernes	5:00 p.m.	Reunión abierta	1050 Yampa Ave. y en línea
Viernes	6:00 p.m.	Reunión abierta	630 Green Street
Sábado	7:00 p.m.	Reunión abierta	630 Green Street

RECURSOS COMUNITARIOS—SUD

Recursos para establecer grupos (continuación):

Recuperación SMART

Se ofrece en inglés y español

SMART Recuperación en línea (SROL) es una comunidad en línea cálida y solidaria donde nuestros participantes interactúan y se ayudan mutuamente a recuperarse de comportamientos adictivos. Las funciones incluyen reuniones diarias en línea, tablero de mensajes y chat en vivo las 24 horas del día, los 7 días de la semana.

Se encuentra en línea en <https://www.smartrecovery.org/community> * Puede usar este recurso para obtener ayuda y apoyo para la recuperación de adicciones siempre que lo necesite, las 24 horas del día, los 7 días de la semana, los 365 días del año.

* Es necesario registrarse para acceder al tablón de mensajes de SMART Recuperación en línea, a la sala de chat y a las reuniones en línea. Calendario de reuniones ubicado en: <https://www.smartrecovery.org/smart-recovery-toolbox/smart-recovery-online/>

* Reunión por Zoom - variedad de horarios y temas de reunión diariamente - reuniones en inglés y español disponibles.

Mujeres por la sobriedad

Mujeres por la sobriedad, Inc., es una organización sin fines de lucro dedicada a ayudar a las mujeres a descubrir una nueva vida feliz en la recuperación de los trastornos por uso de sustancias. Fundado en 1975, el Programa Nueva Vida de WFS se basa en trece Declaraciones de Aceptación; que fomentan el crecimiento emocional y espiritual. WFS cuenta con moderadores certificados y líderes de chat que lideran grupos de apoyo mutuo en línea y en persona, así como voluntarios telefónicos disponibles para brindar apoyo personalizado. Cualquier mujer que busque una Nueva Vida abstinentes es bienvenida a unirse a WFS, y todas las expresiones de identidad femenina son bienvenidas.

Comunidad en línea: <https://wfsonline.org/>

Preguntas: 1086@womenforsobriety.org Teléfono: (215) 536-8026 | <https://womenforsobriety.org/>

ID de reunión WFS 1131
Videoconferencia regional
Día y hora: los jueves—7:00 PM
Ubicación: Denver, CO 80202
Correo electrónico: 1131@womenforsobriety.org

RECURSOS COMUNITARIOS—SUD

Habilidades de recuperación temprana y prevención de recaídas

Mind Springs Health: 970-879-7912 Steamboat y 970-824-6541 Craig

ERS: lunes de 5 a 7 p. m. (reuniones por Zoom actualmente) y RP: miércoles de 5 a 7 p. m.

Acepta todos los seguros principales, incluidos Medicaid y Medicare, y tiene una tarifa en escala.

Alcohol y drogas en Yampa Valley

810 Lincoln Avenue, Steamboat Springs, CO 80477 | <https://routt-county-alcohol-drug.business.site/>

Steamboat 970-879-7708 | Craig 970-824-2557 | Español 970-824-2557 Correo electrónico:

rcac@routpsych.com

- **Educación sobre el alcohol Nivel II:** Esta clase cumple con los requisitos del DMV y de la corte de Colorado para un caso de DUI. La educación consta de 12 clases de 2 horas de duración cada una. Cada clase cuesta \$30. Llame a la oficina para programar una orientación antes de comenzar las clases: (970) 879 7708. Ofrecemos una clase de educación por Zoom a las 10 a.m. los miércoles por la mañana y una clase de educación en persona a las 5:30 p.m. los jueves por la noche.
- **Terapia de Alcohol de Nivel II:** Esta clase cumple con los requisitos del DMV y de la Corte de Colorado para un caso de DUI. Debe completar su requisito de Educación de Nivel II antes de comenzar la terapia. Cada clase cuesta \$30. Las clases de terapia por Zoom se ofrecen a las 10 a.m. los martes por la mañana o a las 5:30 p.m. los martes por la noche. También ofrecemos una clase presencial a las 5:30 los miércoles por la noche.
- **Curso de Menor en Posesión (MIP):** Este es un curso de dos días que se ofrece los fines de semana para cumplir con los requisitos de la Corte de Colorado para un cargo de MIP. Los estudiantes deben tener un mínimo de 15 años de edad para asistir. La clase comienza a las 9 a.m. y termina a la 1 p.m. los sábados y domingos. El costo total de la clase es de \$120. Llame a la oficina para programar un fin de semana para asistir.
- **Supervisión de Servicio Público Útil (UPS):** RCAC supervisa todos los requisitos de servicio comunitario exigidos por la corte para el Condado de Routt. Remitimos a los clientes a las organizaciones sin fines de lucro de la ciudad que están autorizadas para asignar servicio comunitario. La tarifa obligatoria de supervisión y responsabilidad es de \$120.

Colaboración de Salud al servicio del Noroeste de Colorado

2720 Lincoln Avenue, Steamboat Springs | 595 Breeze St., Craig | <https://thehealthpartnership.org/>

Teléfono: 970-875-3630, Fax: 970-761-2589, Correo electrónico: info@ncchealthpartnership.org

Atender las necesidades básicas puede conducir a una vida más feliz y saludable. Comuníquese con un coordinador de atención para obtener ayuda para navegar por estos servicios y recursos 970-875-3630.

RECURSOS COMUNITARIOS—SUD

Centros de tratamiento: desintoxicación, residenciales, comunidades de vida sobria y

atención ambulatoria de atención médica:

www.frontrangemd.com

Oficina de Craig:

970-761-2207

390 Yampa Ave., Craig

Oficina de Steamboat: 970-761-2207

1306 Lincoln, Steamboat Springs

Brindamos asistencia médica para que la desintoxicación sea más cómoda para las personas dependientes de la heroína, otros opioides, el alcohol y las anfetaminas. Monitoreamos y estabilizamos a cada paciente para una desintoxicación segura. También proporciona psicoterapia, terapia de grupo, manejo del dolor y MAT móvil.

Mind Springs - Grand Junction

Programa de 90 días para mujeres

Programa en círculo para hombres y mujeres:

<https://www.mindspringshealth.org/treatment-services/circle-program/>

(970) 245-4213

West Pines – Wheat Ridge, CO

Desintoxicación aguda: controlada médicamente (también desintoxicación dual y unidad psiquiátrica para pacientes ingresados)

(303) 467 – 4080

Urgencias en Poudre Valley

Los pacientes van allí primero y luego los conectan con la desintoxicación para pacientes ingresados en Ft. Collins / Loveland o Front Range

Urgencias en Frisco: 970-668-9100

Desintoxicación social pero monitoreada: puede ir allí a través de la sala de emergencias o podemos recetar y tomar medicamentos allí para ser monitoreados.

RECURSOS COMUNITARIOS—SUD

(Continúan las instalaciones de tratamiento)

Comunidades de Vida Sobria – Área de Denver

Davids House: 720-588-3678

Zen Mountain: 720-515-3299

Go Sober: 303-827-4837

North Star Transitions (Boulder): 303-558-6400

New Beginnings: 720-473-7106

Purpose House: 970-274-2329

Satori: 303-349-9800

Hazelbrook: 303-800-7009

Mary's Hope: 720-473-7105

Aurora: 720-339-6947

Stout: 866-722-7040

Comunidades de vida sobria - Grand Junction

Inner Journey: 970-242-1433

Sober Living: 970-244-3300

Rehabilitación para pacientes ingresados que no tienen Medicaid (programas de 30 días)

Harmony House en Estes Park - 970-632-9897

Parker Valley Hope en Denver - 303-841-7857

Tratamiento Ambulatorio Intensivo/Telesalud

Colorado Mountain Medical: 970-926-6340

50 Buck Creek Rd, Suite 200 Avon, CO 81620

<https://www.cmmhealth.org/services/behavioral-health>

RECURSOS COMUNITARIOS—SUD

(Continúan las instalaciones de tratamiento)

Los programas a continuación aceptan **Signal Funding** (tratamiento residencial a largo plazo para las camas de la población de Medicaid, sin seguro o con seguro insuficiente). ***ALTAMENTE motivado solo para personas de tratamiento***

Norte/Noreste de Colorado (SSPA 1)

Nombre	Número de teléfono
Centro de Salud Mental Centennial	(970) 522-4392 Residencial
Servicios de tratamiento de Colorado—Greeley	(970) 978-4386 Residencial
Correccionales Comunitarios del Condado de Larimer	(970) 498-7530
Salud conductual de North Range	(970) 347-2120 Residencial
Socios de salud de Summit Stone	(970) 494-4200 Residencial
Turning Point	(970) 221-0999

Sureste de Colorado (SSPA 4)

Nombre	Número de teléfono
Crossroads' Turning Points Inc.	(719) 546-6666 Residencial
Soluciones para la salud	(719) 545-2746
RESADA	(719) 456-2600 Residencial
Grupo de Salud Conductual del Valle de San Luis	(719) 589-3671
Grupo de Salud- Valley Wide	(800) 511-5446

RECURSOS COMUNITARIOS—SUD

(Continúan las instalaciones de tratamiento)

Área metropolitana de Denver (SSPA 2)

Nombre	Número de teléfono
Servicios de Investigación y Tratamiento de Adicciones	(303) 388-5894 Residencial
Centro de Salud Mental de Aurora	(303) 617-2300
Grupo de Salud Conductual	(844) 535-7291
CADREC	(303) 295-2521
Centro Integral de Salud Conductual	(720) 398-9666
Opciones de tratamiento creativas	(303) 467-2624
Salud de Denver	(303) 436-5690 Residencial (español)
Grupo de Recuperación de Denver	(303) 953-2299
IDEA	(303) 477-8280
Centro Jefferson para la Salud Mental	(303) 425-0300 (español)
Atención médica conductual de Mile High	(303) 825-8113 Residencial
Centro de Recuperación Nuevos Comienzos	(720) 473-7106 Residencial
Servicios de la Raza	(303) 458-5851 (español)
Casa de la sobriedad	(720) 381-4337 Residencial
Fundación Stout Street	(866) 722-7040 Residencial
Salud conductual de West Pines	(303) 467-4080 Residencial

RECURSOS COMUNITARIOS—SUD

Recursos de ejercicios en Craig:

Nombre	Teléfono	Dirección
Gimnasio Trapper Fitness	(970) 824-6932	261 Commerce St.
Gimnasio Rise-Up Fitness	(970) 620-3405	551 Russell St.

Recursos para ejercicios en Steamboat:

Nombre	Teléfono	Dirección
Gimnasio Anytime Fitness	(970) 875-1130	1875 Central Park Dr.
Fuerza y acondicionamiento de Steamboat/CrossFit	(970) 819-0243	1327 Indian Trail
Steamboat Pilates Yoga & Fitness studio	(970) 879-6788	1104 Lincoln Ave.
Old Town Hot Springs	(970) 879-1828	136 S. Lincoln Ave.
Yoga Afuera	(970) 875-4525	685 Marketplace Plaza
Steamboat Fit	(970) 283-7851	385 Anglers Dr.