

CONDADO DE SANTA CRUZ

SERVICIOS PARA TRASTORNOS POR USO DE SUSTANCIAS

Boletín Informativo

Mayo 2025



Enfoque en Nuestro Equipo

Conozcan a Kiana, Coordinadora del programa de SUDS

Kiana se unió al equipo de SUDS el año pasado como coordinadora del programa. Sus principales responsabilidades incluyen la coordinación, implementación y seguimiento de las actividades del programa SUDS; apoyar el desarrollo de planes, políticas y procedimientos para satisfacer las necesidades de los programas de SUDS del condado; y el desarrollo de materiales del programa, incluidos materiales educativos con fines de capacitación y divulgación.



Kiana recibió su título universitario en Biología Humana y Sociedad de UCLA donde su participación universitaria desarrolló su pasión por comprender los determinantes sociales de la salud y reconocer la importancia de la reforma de las políticas para alcanzar los estándares de atención justa.

Anteriormente, trabajó en el sector sin fines de lucro, brindando apoyo COVID-19 a comunidades indocumentadas en el condado de Sonoma. Pasó algún tiempo en la industria de la biotecnología, específicamente en el campo de las pruebas genéticas, antes de regresar a la salud comunitaria, que es donde radica su pasión. Kiana nació y creció en Santa Cruz y en su tiempo libre le gusta pasar tiempo con su familia y viajar a climas más calientes.

SCAN ME



Para más Información envíe un mensaje a HSASUDSOutpatient@santacruzcountyca.gov



ENFOQUE COMUNITARIO



Diversity Center



El Centro de Diversidad inspira y defiende a las personas LGBTQ de los condados de Santa Cruz y Monterey al proporcionar servicios críticos, espacios, educación y eventos que mejoran el bienestar de nuestra comunidad permitiendo a las personas construir resiliencia y prosperidad.

Para obtener más información visite su sitio web enlazado aquí: [Diversity Center](#)

Eat Well: Cajas de Alimentos

Eat Well proporciona cajas de alimentos saludables a los miembros elegibles de Medi-Cal de la Alianza para la Salud de California Central (CAAH). Las cajas de Eat Well contienen una variedad de alimentos para mejorar la dieta y la salud de los miembros. Las cajas de alimentos se entregan directamente a los hogares de las personas semanalmente durante un máximo de 12 semanas. Las cajas de alimentos de Eat Well tienen en cuenta las preferencias alimentarias, los alérgenos y las restricciones dietéticas de los miembros, y están adaptadas médicamente para satisfacer las necesidades dietéticas de cada persona. Todos los miembros autorizados también reciben evaluaciones nutricionales y asesoramiento con dietistas registrados para respaldar sus objetivos dietéticos y de salud.



Para más información y por favor visite su sitio web enlazado aquí: [Eat Well Rx](#)

Get On The Bus

Get On the Bus une a los niños con sus madres y padres en prisión. Este programa estatal de visitas a prisiones capacita y educa a cientos de voluntarios y simpatizantes en todo California e involucra a los medios de comunicación para crear conciencia sobre la difícil situación de los niños con un padre en prisión.

Para más información por favor visite su sitio web enlazado aquí: [Get On The Bus](#) or email info@crjw.org.



Enlaces a más Recursos



Prácticas de autocuidado

¿Qué significa para ti las prácticas de autocuidado? ¿Y por qué son importantes?

El autocuidado es aplicable al viaje de recuperación porque implica prácticas intencionales que priorizan la salud física y mental de uno y ayuda a las personas a desarrollar estrategias de afrontamiento efectivas en su camino hacia la recuperación.



Prácticas de autocuidado puede incluir:

- Buena dieta y nutrición
- Descanso/ dormir bien
- Ejercicio físico
- Actividades de recuperación

