

Contáctanos

ARC

✉ shwc@arc.losrios.edu

☎ (916) 484-8383

CRC

✉ shwc@crc.losrios.edu

☎ (916) 691-7584

FLC

✉ shwc@flc.losrios.edu

☎ (916) 608-6782

SCC

✉ shwc@scc.losrios.edu

☎ (916) 558-2367

Salud Mental

✉ mentalhealth@losrios.edu

☎ (916) 286-3662

Visión

Nuestra visión es empoderar a los estudiantes con el conocimiento, las habilidades y los recursos para apoyar su bienestar físico y mental, para que puedan alcanzar sus metas educativas y de vida.



losrios.edu/shwc

Escanea aquí para hacer una cita de salud física o mental. Disponible en los cuatro campus universitarios.

Esperamos concerte pronto.



STUDENT HEALTH AND WELLNESS

PHYSICAL & MENTAL HEALTH

TUS SERVICIOS DE SALUD Y
BIENESTAR ESTUDIANTIL



TUS SERVICIOS DE SALUD Y BIENESTAR ESTUDIANTEL

→ Salud Física GRATUITA

- Evaluaciones de salud y enfermedad
- Primeros auxilios para lesiones y enfermedades menores
- Medicamentos de venta libre
- Kits seguros para fiestas: tiras reactivas de Naloxona, fentanilo y bebidas
- Educación y consejos sobre salud sexual
- Preservativos (masculinos y femeninos) y lubricante
- Pruebas de embarazo
- Opill (pastilla anticonceptiva)
- Pruebas de ITS
- Pruebas A/B contra la influenza
- Vacuna contra la influenza
- Pruebas de faringitis estreptocócica
- Evaluaciones del riesgo de tuberculosis
- Requisitos de salud para los programas académicos
- Vacunas/Títulos de inmunológicos*
- Prueba cutánea de tuberculosis*

*Bajo costot

→ Salud Mental GRATUITA

**No estás solo.
INTÉNTALO, HÁBLALO**



Togetherall es un espacio en línea seguro para conectarse de forma anónima con otros estudiantes para brindar y recibir apoyo.

Reúnete con un terapeuta o defensor del Centro de Salud y Bienestar Estudiantil (SHWC) de Los Rios. Apoyo está disponible en persona y virtualmente.

Terapia en línea: Habla con un terapeuta en línea certificado durante el día, la tarde o los fines de semana. O llama a la línea de apoyo disponible las 24 horas: (844) BTR-MYND.

¿Qué tipo de terapia es la adecuada para usted?

		
Citas en persona	✓	✗
Horarios tradicionales	✓	✓
Disponible Tardes y Fin de Semanas	✗	✓
Citas virtuales (Zoom)	✓	✓
Visitas sin cita previa / visitas de emergencia	✓	✗
Capacidad de seleccionar un asesor en función de la demografía, las identidades, las experiencias vividas y las especialidades.	✓	✓

Si la terapia no es la opción correcta para ti, tal vez el apoyo de los compañeros sí lo sea. Obtenga asistencia en línea las 24 horas del día, los 7 días de la semana por medio de **Togetherall**.

Su salud y bienestar son importantes.

Acéptalo.

Equipo de Salud y Bienestar Estudiantil