



The Northwest Catholic Counseling Center

Serving All Regardless of Faith or Finances

23 Marzo 2020

Queridos amigos,

Estamos viviendo tiempos inusuales.

Nuestra salud física, mental, espiritual y financiera se prueba diariamente. Como cliente de The Northwest Catholic Counseling Center (NCC), queremos que sepa que estamos caminando con usted mientras navegamos por la pandemia de Coronavirus. Queremos compartir con usted cómo podemos seguir trabajando con usted y qué recursos adicionales estamos ofreciendo. Algunos detalles pueden cambiar a medida que aprendemos más, pero nuestro compromiso con usted no vacilará, sin importar las circunstancias físicas o financieras.

Equipo

- Todos nuestros consejeros están ofreciendo citas por teléfono y / o video. Le recomendamos que programe de esta manera. Queremos que usted y nuestro personal estén seguros y saludables. No ingrese a la oficina si ha tenido síntomas similares a los de la gripe en las últimas 24 horas.
- Hay muchas opciones de teléfono y video disponibles. Hable con su terapeuta para decidir qué método y herramienta funciona mejor para usted. Más allá del teléfono, podemos hacer cosas como Google Hangout, WebEx o Skype.
- El gobierno federal y las compañías de seguros han ofrecido amplias exenciones sobre las normas que rigen la telemedicina. Como resultado, casi todas las citas remotas, sin importar el método, serán permitidas y cubiertas. Además, la flexibilidad recientemente promulgada en las regulaciones de privacidad (HIPAA) nos permite usar el teléfono, Google Hangout, Skype o WebEx para conectarnos con usted. Su terapeuta puede discutir los detalles si utiliza estas opciones.
- Si usted (o un niño) necesita algo especial y de alto contacto para la terapia, como un animal de peluche o crayones, traiga el suyo de su casa y llévelo cuando se vaya.

Oficina

- Hemos creado una segunda área de espera en nuestra suite de oficina para permitir que todos se mantengan a seis pies de distancia.
- Todas las revistas, libros y juguetes han sido retirados de la sala de espera. Traiga algo propio para leer u ocupar su tiempo (o el de su hijo). Si recoge un folleto o un boletín para leer del estante, llévelo con usted.
- Los dulces y los bolígrafos múltiples ya no están en el mostrador. Por favor pregunte si necesita algo.
- Hemos eliminado el té, el azúcar y las tazas (tanto de té como de agua) de las áreas públicas. Si desea algo, consulte a un miembro del personal.

A State Certified Counseling Agency

Donations are tax-deductible. Tax ID 93-1088962

No goods or services were exchanged for this donation

8383 N.E. Sandy Boulevard, Suite 205 • Portland, Oregon 97220 • 503.253.0964

www.nwcounseling.org

Pago

- Si no viene a la oficina, puede pagar su tarifa por teléfono o en nuestro sitio web: <https://www.nwcounseling.org/pay-your-bill/>. Utilizamos PayPal para procesar pagos de forma segura, pero usted no es necesario tener una cuenta de PayPal para hacerlo; puedes ver como invitado. Las instrucciones están en el sitio web. Su consejero también puede procesar un pago por teléfono. Y la forma tradicional también funciona: envíe un cheque por correo al 8383 NE Sandy Blvd. # 205, Portland, OR 97220.
- Si ha sido despedido de su trabajo, perdido horas o tiene dificultades financieras, no dude en hablar con su terapeuta. Trabajaremos con usted para que pueda continuar con la terapia.

Talleres y grupo

Todos los talleres y grupos en persona se posponen hasta el 1 de mayo. Estamos discutiendo talleres virtuales en este momento. Vuelva a consultar <https://www.nwcounseling.org/siguiente> semana para obtener más información al respecto.

Salud mental "Herramientas que puede usar"

Como muchos de nosotros nos encontramos aislados, incapaces de conectarnos con amigos y familiares como lo hacemos habitualmente, hemos aumentado la ansiedad y el estrés. Nuestro personal clínico está desarrollando una serie de talleres, sesiones y recursos en línea para ayudar. Cubriremos temas como ansiedad, autocuidado y aislamiento. Puede encontrar información actualizada regularmente en nuestro sitio web aquí: <https://www.nwcounseling.org/>. Compartiremos no solo nuestro propio contenido, sino también información útil de otros. Síguenos en Facebook y otras redes sociales para obtener muchos buenos artículos y consejos. Suscríbase a nuestro boletín aquí: <https://www.nwcounseling.org/newsletter-sign-up/>.

Cosas generales para recordar

- Todos superaremos esto juntos. No te asustes. Sigue respirando y haz lo siguiente correcto.
- Lávese las manos con frecuencia, con jabón durante 20 segundos. Nuestro personal también está haciendo esto. Nos ayudará a todos a mantenernos saludables.
- Regularmente desinfectamos nuestros espacios de oficina, incluidos el lobby, los sofás de terapeuta, los pomos de las puertas y las llaves.
- El desinfectante para manos está disponible en toda la oficina. Le recomendamos que utilice el desinfectante para manos y que se lave las manos regularmente mientras se encuentre en nuestra oficina.
- Si desea hacer una donación deducible de impuestos para ayudarnos a continuar nuestros servicios a cualquier persona que lo necesite, vaya a: <https://www.nwcounseling.org/> y haga clic en el botón "Donar" en el lado derecho de la pantalla . Agradecemos su apoyo.

No dude en compartir esta información con cualquier persona que pueda encontrarla útil. El Centro de Consejería Católica del Noroeste está aquí con usted y para usted. Llame al 503-253-0964 si tiene alguna pregunta o inquietud.

Si tiene alguna pregunta específica en español, llame a Marti Diaz-Domm. Déjele un mensaje de voz y ella le devolverá la llamada.

Mantente seguro y saludable



Erin Peters
Director ejecutivo