

## Get connected to mental health providers

Mental Health Matters and getting the right help at the right time can make all the difference. San Mateo County Office of Education, Sequoia Healthcare District and Peninsula Health Care District have partnered with Care Solace to help people in need quickly find quality care matched to their unique needs.

Care Solace's service is free to San Mateo County public school students, staff and their families.

Call Care Solace 888-515-0595 for personalized help finding a local mental health provider.

### **Care Solace provides:**

- Appointment coordination for San Mateo County public school students, staff, and their families
- Navigation help available in any language 24/7/365 by phone, email, text or video chat in any language
- A dedicated Care Coordinator, who will support you through the whole process, calling providers on your behalf to determine a fit and availability
- Help with private insurance, Medi-Cal, and no insurance
- Completely confidential support; Care Solace will not share your information without your permission
- In-person, online, or teletherapy options

**If you prefer, you can anonymously search Care Solace's robust, verified database to find a match on your own.**

To get personalized help, contact us 24/7/365, call **888-515-0595** or visit: [caresolace.com](https://caresolace.com) to start an anonymous search.

## Conéctese con proveedores de salud mental

La salud Mental importa y obtener la ayuda adecuada en el momento adecuado puede marcar la diferencia. La Oficina de Educación del Condado de San Mateo, el Distrito de Atención Médica de Sequoia y el Distrito de Atención Médica de Península, se han asociado con Care Solace para ayudar a las personas necesitadas a encontrar rápidamente una atención de calidad que se adapte a sus necesidades únicas.

El servicio de Care Solace en las escuelas públicas del Condado de San Mateo, es gratuito para los estudiantes, el personal y sus familias

Llama Care Solace 888-515-0595 Para obtener ayuda personalizada para encontrar un proveedor de salud mental local.

### Care Solace provee:

- Coordinación de citas para los estudiantes, el personal y sus familias de las escuelas públicas del Condado de San Mateo.
- Ayuda de navegación disponible en cualquier idioma 24/7 los 365 días del año. Por teléfono, correo electrónico, chat de texto o video también en cualquier idioma.
- Un coordinador de atención dedicado, que lo apoyara a lo largo de todo el proceso, llamando a los proveedores en su nombre para determinar si es adecuado y si está disponible.
- Ayuda con seguro privado, Medi-Cal y sin seguro.
- Soporte completamente confidencial, Care Solace no compartirá su información sin su permiso.
- Opciones de teleterapia en línea o en persona.

**Si lo prefiere puede buscar de forma anónima en la sólida base de datos verificada de Care Solace para encontrar una coincidencia por su cuenta.**

Para obtener ayuda personalizada, contactanos las 24/7/365, llama al: **888-515-0595**

O visita: [caresolace.com](https://caresolace.com) para empezar una búsqueda anonima.